www.prajasakti.com
ప్రజాశక్తి
శనివారం 1 జులై 2023
5
వైఎస్ఆర్

డిగ్రీ పరీక్షా కేంద్రాల తనిఖీ

ప్రజాశక్తి - కడప అర్బన్

యోగి వేమన విశ్వవిద్యాలయం పరిధిలో నిర్వహిస్తున్న డిగ్రీ పరీక్షలను విశ్వవిద్యాలయ పరీక్షల నియంత్రణ అధికారి ఆచార్య ఎన్.ఈశ్వర్ రెడ్డి శుక్రవారం తనిఖీ చేశారు. విశ్వవిద్యాలయ పరిధిలోని 57 పరీక్ష కేంద్రాలలో డిగ్రీ పరీక్షలు ఈనెల 23 నుంచి ప్రారంభమయ్యాయి. పరీక్షలకు 42,300 మంది విద్యార్థులు హాజరవుతున్నారు. రైల్వే కోడూరు, ఒంటిమిట్ట పల్లి, రాజంపేట డిగ్రీ కళాశాలల పరీక్షా కేంద్రాలను తనిఖీ చేశారు. విద్యార్థుల హాల్ టికెట్లను పరిశీలించారు. వసతులను గమనించారు. పరీక్షలను ప్రశాంతంగా నిర్వహించాలని పరీక్ష కేంద్రం చీఫ్ డిపార్ట్మెంటల్ ఆఫీసర్లతో మాట్లాడారు. పరీక్షలు కట్టుదిట్టంగా జరిగేందుకు అన్ని రకాల జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు.

విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించకపోతే

ఉద్యమం ఉధృతం

ట్రూ అప్, సర్దుబాటు ఛార్జీలు రద్దు చేయాలి
నిరసన కార్యక్రమంలో అఖిలపక్ష నేతల హెచ్చరిక

ప్రజాశక్తి - కడప అర్బన్

సిఎం జగన్ పాలనలో సర్వం బాదుడేనని, ప్రజలపై భారాలు మోపుతున్న విద్యుత్ ఛార్జీలను వెంటనే తగ్గించాలని అఖిలపక్ష నేతలు డిమాండ్ చేశారు. శుక్రవారం ట్రూ అప్, సర్దుబాటు, విద్యుత్ ఛార్జీ పెంపు, స్మార్ట్ మీటర్ల ఏర్పాటును నిరసిస్తూ విద్యుత్ భవన్ వద్ద అఖిలపక్ష పార్టీల, ప్రజాసంఘాల ఆధ్వర్యంలో నిరసన చేపట్టారు. విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించాలని జగన్ ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా పెద్ద ఎత్తున నినాదాలు చేశారు. సిపిఎం, సిపిఐ జిల్లా కార్యదర్శులు చంద్రశేఖర్, చంద్ర, టిడిపి నాయకులు అమీర్ బాబు, లక్ష్మిరెడ్డి, కాంగ్రెస్ నాయకులు సత్తార్, బండి జకరయ్య, బిసి మహాసభ నేత అవ్వారు మల్లికార్జున, బిఎస్పి నేత గుర్రప్ప, వామపక్ష నాయకులు డబ్బూ రాము, సుబ్బరాయుడు, జయవర్ధన్, లోక్ సత్తా శ్రీకృష్ణ, జనతాదళ్ ప్రతాప్ రెడ్డి హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ నాలుగేళ్లలో జగన్ ప్రభుత్వం ఏడుసార్లు విద్యుత్ ఛార్జీలు పెంచి ప్రజల నడ్డి విరిచారని విమర్శించారు. వినియోగించిన విద్యుత్ బిల్లులే కాకుండా ఫిక్సెడ్, కస్టమర్, సర్, సర్దుబాటు, ట్రూ అప్ ఛార్జీ పేరిట రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అధిక వసూళ్లకు పాల్పడుతుందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. అప్పుల కోసం కేంద్రం చెప్పినట్లు జగన్ ప్రభుత్వం తలాడిస్తూ వ్యవసాయ మోటార్లకు మీటర్లు బిగిస్తున్నారని, ఇక్కడ స్మార్ట్ మీటర్లు బిగించి కార్పొరేట్ కంపెనీలకు వేల కోట్లు దోచి పెట్టేందుకు జగన్ ప్రభుత్వం సన్నద్ధం కావడం దారుణమన్నారు. ఆదాని స్మార్ట్ మీటర్ల కంపెనీ ప్రారంభించడం, స్మార్ట్ మీటర్లు పెట్టాలని మోడీ ఆదేశించడం, జగన్ ప్రభుత్వం స్మార్ట్ మీటర్ల టెండర్లు పిలవడం ఇవన్నీ అదాని కంపెనీకి ప్రజల సొమ్మును ధారాదత్తం చేసే కుట్రలో భాగమేనన్నారు. బహిరంగ మార్కెట్లో అధిక రేట్లకు విద్యుత్ కొనుగోలు చేస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అవినీతికి పాల్పడుతోందని పేర్కొన్నారు. ప్రతిపక్షంలో ఉండగా బాదుడే బాదుడని విమర్శించిన జగన్మోహన్ రెడ్డి అధికారంలోకి వచ్చాక బాదుడే బాదుడు అని మారారన్నారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల బాదుడుపై ప్రజలు మరో విద్యుత్ ఉద్యమానికి సమాయత్తం కావాలని పిలుపు నిచ్చారు. విద్యుత్ సర్దుబాటు ఛార్జీలు, స్మార్ట్ మీటర్లకు వ్యతిరేకంగా సాగుతున్న ఉద్యమంలో అన్ని వర్గాల ప్రజలు రోడ్లపైకి రావాలని కోరారు. విద్యుత్ బాదుడు గోడును సిఎంకు చెప్పేందుకు ఈ నెల 5న సమాయత్తం కావాలన్నారు. విద్యుత్ ఛార్జీలు తగ్గించేవరకు దశలవారీ ఉద్యమాలకు శ్రీకారం చుడుతున్నట్లు పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో సిపిఎం, సిపిఐ నగర కార్యదర్శులు రామ మోహన్, వెంకటశివ, కాంగ్రెస్ నగర అధ్యక్షులు విష్ణు ప్రీతమ్ రెడ్డి, సిపిఐ నగర సహాయ కార్యదర్శులు కెసి బాదుల్లా, మద్దిలేటి అఖిలపక్ష పార్టీల, ప్రజాసంఘాల నాయకులు సి.హెచ్.లక్ష్మి శివారెడ్డి, సావంత్ సుధాకర్, శ్రీనివాసులు రెడ్డి, టక్కోలి మనోహర్ రెడ్డి, ఓబయ్య, శంకర్ నాయక్, భాగ్యలక్ష్మి, ఐ.ఎన్. సుబ్బమ్మ, రాజమణి, సి.ఆర్.వి. ప్రసాద్, నారాయణ, పాపిరెడ్డి, శివకుమార్, చంద్రారెడ్డి, డి.యం. ఓబులేసు, రాహుల్, చైతన్య, నారాయణరెడ్డి, సుబ్బరాయుడు, యేసు రత్నం, పుల్లయ్య, సాలమ్మ, కామేశ్వరమ్మ, డేవిడ్, గుర్రప్ప, ఎంఎంఎల్ రమణమయ్య, రామమోహన్‌రెడ్డి, సుబ్బారెడ్డి, పాల్గొన్నారు.

కడప : విద్యుత్ భవన్ వద్ద ఆందోళన చేస్తున్న అఖిలపక్ష నాయకులు

జమ్మలమడుగు రూరల్ : దేశంలో మరో విద్యుత్ ఉద్యమానికి సమాయత్తం కావాలని సిపిఎం జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యులు బి. మనోహర్, సిపిఎం జమ్మలమడుగు పట్టణ కార్యదర్శి వి. శివ నారాయణ పిలుపునిచ్చారు. శుక్రవారం ఉదయం స్థానిక విద్యుత్ సబ్ స్టేషన్‌లో సిపిఎం ఆధ్వర్యంలో ధర్నా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ విద్యుత్ ఛార్జీలు పెంపు, ట్రూ అప్ ఛార్జీలు, స్మార్ట్ మీటర్ల వంటి వాటిని ఉప సంహరించుకోవాలని డిమాండ్ చేస్తున్నా మన్నారు. అప్పుల కోసం కేంద్రం చెప్పినట్లు జగన్ ప్రభుత్వం తలాడిస్తూ వ్యవసాయ మోటార్లకు మీటర్లు బిగిస్తున్నారని వాపోయారు. ఆదానీ స్మార్ట్ మీటర్ల కంపెనీ ప్రారంభించడం, స్మార్ట్ మీటర్లు పెట్టాలని మోడీ ఆదేశించడం, జగన్ ప్రభుత్వం స్మార్ట్ మీటర్ల టెండర్లు పిలవడం ఇవన్నీ అదాని కంపెనీకి ప్రజల సొమ్మును ధారాదత్తం చేసే కుట్రలో భాగమే నన్నారు. బహిరంగ మార్కెట్లో అధిక రేట్లకు విద్యుత్ కొనుగోలు చేస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అవినీతికి పాల్పడుతుంద న్నారు. ప్రజలు మరో విద్యుత్ ఉద్యమానికి సమాయత్తం కావాలన్నారు. కార్యక్రమంలో సిపిఎం నాయకులు దాసరి విజయ్, ఎ.వినయ్ కుమార్, సిఐటియు ఆటో యూనియన్ అధ్యక్షుడు ప్రసాద్ రెడ్డి, సిఐటియు ఆటో నాయకులు దస్తగిరి, రాజు, పాములేటి, అబ్రహం, దస్తగిరి, సుల్తాన్, బాబావల్లి పాల్గొన్నారు.

జమ్మలమడుగు : విద్యుత్ సబ్ స్టేషన్ వద్ద ఆందోళన చేస్తున్న సిపిఎం, సిఐటియు నాయకులు

ప్రాజెక్టుల పనులు పూర్తి చేయాలి

పులివెందుల ఏరియా డెవలప్‌మెంట్ సమీక్షలో సిఎం జగన్

ప్రజాశక్తి-కడప

కడప జిల్లాలో త్వరగతితన ప్రాజెక్టుల పనులు పూర్తి చేయాలని సిఎం వై.ఎస్. జగన్ జిల్లా అధికారులను ఆదేశించారు. శుక్రవారం తన క్యాంపు కార్యాలయంలో పులివెందుల ఏరియా డెవలప్‌మెంట్ ఏజెన్సీ పరిధిలో చేపట్టిన పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు, జలవనరుల శాఖ చేపడుతున్న ప్రాజెక్టు పనుల పురోగతిపై సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ విజయ్‌రామరాజు సిఎంకు జిల్లాలో జరుగుతున్న అభివృద్ధి పనుల గురించి వివరించారు. రూ. 5036 కోట్లతో హెచ్‌ఎన్‌ఎస్‌ఎస్ నుంచి జిఎన్‌ఎస్‌ఎస్‌కు లిఫ్ట్ స్కీం పనులు పురోగతిలో ఉన్నాయని తెలిపారు. వేంపల్లె మండలం గిడ్డంగివారిపల్లె వద్ద రూ. 1113 కోట్లతో చేపడుతున్న నిర్మాణ పనుల గురించి తెలియజేశారు. అలవలపాడులో రూ.56.83 కోట్లతో చేపడుతున్న లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ స్కీమ్ పనులు ఈ ఏడాది డిసెంబర్ నాటికి పూర్తవుతాయని చెప్పారు. మైక్రో ఇరిగేషన్ ప్రాజెక్టులలో భాగంగా రూ.1256 కోట్లతో చేపడుతున్న 900 సంపుల నిర్మాణ పనుల గురించి వివరించారు. కాలేటివాగు రిజర్వాయర్‌కు సంబంధించి జిఎన్‌ఎస్‌ఎస్, హెచ్‌ఎన్‌ఎస్‌ఎస్ లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ స్కీమ్, సర్వారాయసాగర్, వామికొండ సాగర్ డిస్ట్రిబ్యూటర్స్ కోసం ల్యాండ్ అక్విజేషన్ చేపట్టాలని అధికారులు తెలియజేశారు. పులివెందులలో రూ. 500 కోట్లతో నిర్మిస్తున్న మెడికల్ కళాశాల పనుల పురోగతిని వివరించారు. స్కిల్ ట్రైనింగ్ అకాడమి, ఇంటిగ్రేటెడ్ స్పోర్ట్స్ కాంప్లెక్స, నగరవనం, న్యూటెక్ బయో సైన్సెస్ పనులు పూర్తయి, ప్రారంభోత్సవానికి సిద్ధంగా ఉన్నాయని తెలియజేశారు. సమీక్షలో కడప ఎంపీ వై.ఎస్. అవినాష్‌రెడ్డి, ఆర్థికశాఖ స్పెషల్ సీఎస్ ఎస్ఎస్ రావత్, ప్లానింగ్ సెక్రటరీ విజయ కుమార్, ఆర్థికశాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి చిరంజీవిచౌదరి, పాఠశాల విద్యాశాఖ కమిషనర్ ఎస్ సురేష్ కుమార్, స్కిల్ డెవలప్‌మెంట్ కార్పొరేషన్ ఎండీ వి వినోద్ కుమార్, పాడా ఓఎస్‌డి అనిల్‌కుమార్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు.

పులివెందుల అభివృద్ధిపై ముఖ్యమంత్రికి వివరిస్తున్న కలెక్టర్, ఎంపీ

కానిస్టేబుల్ ఎంపిక పరీక్షకు తక్షణ చర్యలు

ప్రజాశక్తి - కడప అర్బన్

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తక్షణమే ఎస్ఐ, కానిస్టేబుల్ అభ్యర్థులకు ఎంపిక పరీక్షలు నిర్వహించాలని డివైఎఫ్ఐ జిల్లా కార్యదర్శి వీరనాల శివకుమార్ డిమాండ్ చేశారు. శుక్రవారం జిల్లా కార్యాలయంలో విలేకర్ల సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ 4 నెలలు గడిచిపోయినా ఇప్పటిదాకా ఎస్ఐ, కానిస్టేబుల్ అభ్యర్థులకు ఈవెంట్స్ నిర్వహించకుండా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం దుర్మార్గంగా వ్యవహరిస్తుందని విమర్శించారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉన్న ఖాళీ పోస్టుల భర్తీ కోసం డిఎస్‌సి గ్రూప్-2 సచివాలయల పోస్టులకు తక్షణమే నోటిఫికేషన్లు విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ప్రతిపక్షంలో ఉన్నప్పుడు జగన్మోహన్ రెడ్డి రాష్ట్రంలో ఖాళీగా ఉన్న 2.36 లక్షల ఉద్యోగాలు భర్తీ చేస్తానని హామీ ఇచ్చి అధికారంలోకి వచ్చాక ఒక్క నోటిఫికేషన్ కూడా ఇవ్వకుండా నిరుద్యోగులను తీవ్రమైన నిరాశకు గురి చేశారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల విరమణ వయసు 62 ఏళ్లు పెంచి రాష్ట్రంలో యువతకు ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలను మరింత దూరం చేశారని విమర్శించారు. తక్షణమే ఎస్ఐ, కానిస్టేబుల్ అభ్యర్థులకు ఈవెంట్స్ కండక్ట్ చేయకపోతే జులై 3వ తేదీ రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఆందోళన చేస్తామని హెచ్చరించారు. సచివాలయ వ్యవస్థలో పశుసంవర్ధక శాఖలో క్లస్టర్ విధానాన్ని తీసుకువచ్చి ఎన్నో ఆశలతో ఎదురుచూస్తున్నా వాళ్లకు నిరాశ మిగిలిచారని తెలిపారు. తక్షణమే క్లస్టర్ విధానాన్ని రద్దు చేసి యధావిధిగా పోస్టులు భర్తీ చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. డిఎస్‌సి గ్రూప్ టు ఇతర ఉద్యోగాలకు నోటిఫికేషన్లు విడుదల చేయకపోతే రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి నిరుద్యోగులు తగిన బుద్ధి చెప్పవలసి వస్తుందని హెచ్చరించారు. సమావేశంలో నగర కార్యదర్శి డి.ఎం.ఓబులేసు,జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు డేవిడ్ రాజ్ పాల్గొన్నారు.

సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న శివకుమార్

జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తికి సన్మానం

ప్రజాశక్తి - కడప

జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా రెండు నెలల కాలం పాటు పనిచేసిన వి. శ్రీనివాస ఆంజనేయ మూర్తి శుక్రవారం పదవి విరమణ చేశారు. ఈ సందర్భంగా సాయంత్రం కడప బార్ అసోసియేషన్(న్యాయ వాదుల సంఘం) అధ్యక్షులు జి.వి. రాఘవరెడ్డి, ఉపాధ్యక్షులు పిఎస్. బాలసుబ్రమణ్యం, ప్రధాన కార్యదర్శి వై.టి.జె. కెనడి, బార్ అసోసియేషన్ సభ్యులు ఆధ్వర్యంలో వి. శ్రీనివాస ఆంజనేయ మూర్తి దంపతులకు వీడ్కోలు సన్మాన సభ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా విరమణ చేసిన జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తి మాట్లాడుతూ తాను గతంలో పలుచోట్ల జడ్జిగా పనిచేశానని, కడపలో రెండు నెలల బాధ్యతలు ఎంతో సంతృప్తిని ఇచ్చా యని అన్నారు. రెండు నెలల కాలంలో 75 కేసులు న్యాయవాదుల సహకారంతో పరిష్కరించగలిగానని తెలిపారు. తనకు న్యాయవాదులు అందించిన సహకారం ఎన్నటికీ మరువలేనని చెప్పారు. కడప బార్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు జి.వి.రాఘవరెడ్డి మాట్లాడుతూ రెండు నెలల కాలం జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా పనిచేసిన వి. శ్రీనివాస ఆంజనేయ మూర్తి అందరి హృదయాల్లో చెరగని ముద్ర వేసుకున్నారని అన్నారు. న్యాయమూర్తిగా ఆయన పదవీ విరమణ చేసిన న్యాయవ్యవస్థకు దూరం కారని తాము భావిస్తున్నామన్నారు. అనంతరం కడప బార్ అసోసియేషన్ సభ్యులు, సీనియర్, జూనియర్ న్యాయవాదులు పాల్గొని ఆయన్ను ఘనంగా సన్మానించారు. కార్యక్రమంలో కొత్తగా బాధ్యతలు చేపట్టిన జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తి పి. అన్నపూర్ణ, ఆరవ అదనపు జిల్లా జడ్జి ఇంతియాజ్ అహ్మద్, నాల్గవ అదనపు జిల్లా జడ్జి గీత, అడిషనల్ సబ్ జడ్జి ఎం. ప్రదీప్ కుమార్, సీనియర్ సివిల్ జడ్జ్ ఎస్. కవిత, జిల్లా న్యాయమూర్తులు ప్రసూన, స్రవంతి, నందిని, సీనియర్, జూనియర్ న్యాయవాదులు పాల్గొన్నారు.

జడ్జి దంపతులను సన్మానిస్తున్న బార్ అసోసియేషన్ నాయకులు

నాలుగు వికెట్ల తేడాతో కర్నూలు జట్టు విజయం

ప్రజాశక్తి - కడప

జిల్లా క్రికెట్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో రెండవ రోజు శుక్రవారం వైఎస్ రాజారెడ్డి ఎసిఎ స్టేడియంలో నిర్వహించిన మ్యాచ్‌లో నాలుగు వికెట్ల తేడాతో కర్నూలు నెల్లూరు జట్టుపై ఘనవిజయం సాధించింది. టాస్ గెలిచి బ్యాటింగుకు దిగిన నెల్లూరు జట్టు నిర్ణీత 50 ఓవర్లలో 8 వికెట్ల నష్టానికి 209 పరుగులు చేసింది. ఆ జట్టులోని సుతేజ్ రెడ్డి 67 పరుగులు చేశాడు. కర్నూలు జట్టు లోని అక్షిత్ రెడ్డి రెండు వికెట్లు తీసు కున్నాడు. అనంతరం 210 పరుగుల విజయ లక్ష్యంతో బ్యాటింగ్ కు దిగిన కర్నూలు జట్టు 42.0 ఓవర్లలో 6 వికెట్ల నష్టానికి 210 పరుగులు చేసి 4 వికెట్ల తేడాతో ఘన విజయం సాధించింది. ఆ జట్టులోని మనోజ్ రాజు 44 (నాట్ అవుట్), యజ్ఞేశ్వర్ 36 పరుగులు చేశారు. నెల్లూరు జట్టులోని వెంకయ్య 2 వికెట్లు తీసుకున్నాడు.

చిత్తూరుపై కడప జట్టు విజయం

కెఒఆర్ఎం క్రికెట్ మైదానంలో నిర్వహించిన వేరొక మ్యాచ్‌లో కడప జట్టు 3 వికెట్ల తేడాతో చిత్తూరు జట్టుపై ఘనవిజయం సాధించింది. టాస్ గెలిచిన కడప జట్టు ఫీల్డింగ్ ఎంచుకుంది. తొలుత బ్యాటింగ్‌కు దిగిన చిత్తూరు జట్టు 47.5 ఓవర్లలో 244 పరుగులకు ఆల్ అవుట్ అయింది. కడప జట్టులోని ఎస్. మొహమ్మద్ ఆయుబ్ 3, ఏ. ఆద్రిత్ రెడ్డి 3 వికెట్లు తీసుకున్నారు. అనంతరం 245 పరుగుల విజయ లక్ష్యంతో బ్యాటింగ్‌కు దిగిన కడప జట్టు 47.5 ఓవర్లలో 7 వికెట్ల నష్టానికి 248 పరుగులు చేసి 3 వికెట్ల తేడాతో ఘన విజయం సాధించింది. కడప జట్టులోని ఆర్. రోహిత్ వర్మ 63 పరుగులు చేశాడు. చిత్తూరు జట్టులోని బ్రహ్మ సాయి తేజ రెడ్డి 4 వికెట్లు తీసుకున్నాడు.

జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా అన్నపూర్ణ

ప్రజాశక్తి - కడప

కడప జిల్లా కోర్టు జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా శుక్రవారం సాయంత్రం ఐదు గంటల 15 నిమిషాలకు పి అన్నపూర్ణ బాధ్యతలు చేపట్టారు. శుక్రవారం జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా పనిచేస్తూ విరమణ చేసిన వి శ్రీనివాస ఆంజనేయ మూర్తి నుంచి బాధ్యతలను పి. అన్నపూర్ణ తీసుకున్నారు. పి అన్నపూర్ణ వెస్ట్ గోదావరి జిల్లా కొవ్వూరులో తొమ్మిదవ అదనపు జిల్లా జడ్జిగా పనిచేస్తూ పదోన్నతిపై కడప జిల్లాకు జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా వచ్చారు.

దూదేకులపై ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యం తగదు

ప్రజాశక్తి - కడప అర్బన్

షాదీ తోఫా విషయంలో ఆర్థికంగా వెనుకబడిన పేద దూదేకుల ముస్లిమ్‌కు అన్యాయం చేస్తూ మరో పక్క చట్ట సభల్లో అవకాశం ఇవ్వకుండా వై.ఎస్. జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి తమని అన్యాయం చేస్తున్నారని టిడిపి జిల్లా అధికార ప్రతినిధి, రాష్ట్ర దూదేకుల హక్కుల పోరాట సమితి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మన్నూర్ అక్బర్ విమర్శించారు. శుక్రవారం నగరంలో విలేకరుల సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ మైనారిటీ మంత్రిగా ఉండి దూదేకులకు ఆర్థికంగా, రాజకీయంగా అన్యాయం జరుగుతుంటే పెదవి విప్పకుండా చూస్తూ ఉండడం చాలా దారుణమని వాపోయారు. దూదేకులకు దుల్హన్ పథకాన్ని వర్తింపజేయాలని, లేకపోతే అంజాద్ బాషాను అడ్డుకుంటామని స్పష్టం చేశారు. కులాలకు, మతాలకు అతీతంగా పరిపాలిస్తామని చెప్పిన సిఎం అన్ని కుల రాజకీయాలు చేస్తున్నారని విమర్శించారు. ఇందుకు దూదేకుల వారిని అణగదొక్కడమే నిదర్శనమని తెలిపారు. దూదేకుల వారికి చట్ట సభల్లో స్థానం కల్పించాలని, అంతవరకు పోరాటం చేయా లని పిలుపునిచ్చారు. సమావేశంలో దూదేకుల ముస్లిమ్ మైనారిటీ నాయకులు రూపన గుడి హుస్సేన్, వీరయ్య, నజీర్, ఖాదర్ సాహెబ్, నరసింహా, బాషా భాయ్, అబ్దుల్ పాల్గొన్నారు.

మాట్లాడుతున్న మన్నూర్ అక్బర్

జిల్లా గౌరవాన్ని ఇనుమడింపజేసిన 'చదువులబాబు'

కడప అర్బన్ : బాలసాహిత్యానికి గాను కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ పురస్కారాన్ని సొంతం చేసుకుని జిల్లా గౌరవాన్ని దేశవ్యాప్తంగా ఇనుమడింపజేసిన రచయిత డి.కె. చదువులబాబు అని సి.పి.బ్రౌన్ భాషా పరిశోధన కేంద్రం సంచాలకులు ఆచార్య మూల మల్లికార్జున రెడ్డి అన్నారు. యోగి వేమన విశ్వవిద్యాలయం ఆధ్వర్యంలోని సి.పి.బ్రౌన్ భాషా పరిశోధన కేంద్రం డి.కె.చదువులబాబు కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ పురస్కారానికి ఎంపికైన సందర్భంగా శుక్రవారం బ్రౌన్‌శాస్త్రి సమావేశ మందిరంలో అభినందన సభను నిర్వహించింది. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లా డుతూ చదువులబాబు 40 ఏళ్లుగా బాలసాహిత్యానికి ఎనలేని సేవ చేస్తున్నారని, ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఆయన గొప్ప పేరుప్రఖ్యాతులు సంపాదించుకోవడమే గాక పలు సత్కా రాలందుకున్నారని పేర్కొన్నారు. ఆయన రచిం చిన 'వజ్రాలవాన' కథాసంపుటికి కేంద్ర సాహిత్య పుర స్కారం రావడం ముదావహమన్నారు. ఇంటాక్ కడపజిల్లా ఛాప్టర్ కన్వీనర్ లయన్ కె.చిన్నపరెడ్డి మాట్లాడుతూ ఇంత వరకు కడప జిల్లాకు చెందినవారు కథకు, విమర్శకు కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ పురస్కారాలందుకోగా నేడు చదు వులబాబుకు బాలసాహిత్యకృషికి రావడం హర్షించదగిన విషయమన్నారు. సహాయ పరిశోధకులు డాక్టర్ చింతకుంట శివారెడ్డి మాట్లాడుతూ చదువులబాబు కథలేని పత్రిక కనిపించదని, ప్రతి ఆదివారం ప్రముఖ దినపత్రికల్లో ఆయన కథలు వస్తుంటాయని చెప్పారు. కార్యక్రమంలో సహాయ పరిశోధకులు డాక్టర్ భూతపురి గోపాలకృష్ణ శాస్త్రి, వైవీయూ లలితకళల విభాగం అకడమిక్ కన్సల్టెంట్ డాక్టర్ కొప్పోలు రెడ్డి శేఖర్ రెడ్డి, విశ్రాంత తెలుగు పండితులు డాక్టర్ వెల్లాల వేంకటేశ్వరాచారి, గ్రంథ పాలకులు ఎన్.రమేష్‌రావు, రచయిత కొత్తపల్లె రామాంజనేయులు, గ్రంథాలయం జూనియర్ అసిస్టెంట్లు ఆర్.వెంకట రమణ, మౌనిక, పాఠకులు రంగా, మధు, నవీన్, శివ పాల్గొన్నారు.

గురుకులంలో వాలంటీర్ల శ్రమదానం

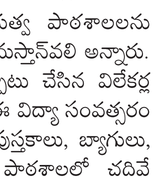
కడప అర్బన్ : స్వచ్ఛభారత్ కార్యక్రమంలో భాగంగా యోగివేమన విశ్వవిద్యాలయం పీజీ కళాశాల విద్యార్థులు గురుకులంలో శుక్రవారం శ్రమదానం చేశారు. విశ్వ విద్యాలయం జాతీయ సేవా పథకం యూనిట్ - 1 ప్రోగ్రాం ఆఫీసర్ డాక్టర్ సరిత ఆధ్వర్యంలో ప్రాంగణంలో ఉన్న ప్లాస్టిక్ వ్యర్థాలను, పిచ్చి మొక్కలను తొలగించారు. పరిసరాలను శుభ్రంగా మార్చారు. ఈ సందర్భంగా విశ్వ విద్యాలయ ప్రిన్సిపల్ రఘునాథరెడ్డి వాలంటీర్లను అభినందించారు. వాలంటీర్లు శ్రమదానం చేశారు. ఎన్ఎస్ఎస్ సెల్ సమన్వయకర్త డాక్టర్ వెంకట రామి రెడ్డి, వలంటీర్లు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వ పాఠశాలలు బలోపేతం

కలసపాడు : మండలంలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలలను బలోపేతం చేయాలని ఎంఇఒ ఎస్. మస్తాన్‌వలి అన్నారు. శుక్రవారం ఎంఆర్‌సి కేంద్రంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకర్ల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. ఈ విద్యా సంవత్సరం ప్రారంభంలో విద్యార్థులందరికీ పాఠ్యపుస్తకాలు, బ్యాగులు, యూనిఫామ్స్, షూ అన్ని ఆయా పాఠశాలలో చదివే విద్యార్థులు అందజేశామని తెలిపారు. విద్యార్థులకు జగనన్న గోరుముద్ద, విద్యా దీవెన, విద్యా కానుక, అమ్మ ఒడి వంటి వాటితోపాటు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం లక్షలు ఖర్చు పెట్టి నాడు-నేడు పనుల ద్వారా పాఠశాలలకు కొత్త రూపు తెచ్చారన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో తల్లిదండ్రులు ఒకటవ తరగతి నుండి 5వ తరగతి వరకు ప్రాథమిక పాఠశాలలోనే చదివిస్తారని చెప్పారు. ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలు అనుభవిస్తూ ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణంలో చదువుకుంటూ దీనికి ప్రజా ప్రతినిధులు, ప్రభుత్వ అధికారులు, తల్లిదండ్రులు సహకరించాలని ఆయన కోరారు.

జెసిఎస్ మండల ఇన్‌ఛార్జిగా చిత్త రాజశేఖర్‌రెడ్డి

కలసపాడు : మండలంలో సచివాలయ బూత్ కన్వీనర్లకు మండల ఇన్‌ఛార్జిగా చిత్త రాజశేఖర్‌రెడ్డి నియ మితు లయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన శుక్రవారం విలేకర్లతో మాట్లాడుతూ తనపై ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి పెట్టిన బాధ్యతలను తప్పక నెరవేరుస్తానని ఆయన అన్నారు. తన నియమకానికి సహకరించిన ఎమ్మెల్సీ డిసి గోవింద్‌రెడ్డికి, ఎ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సుధాకు , మండల ప్రజా ప్రతినిధులకు, బూత్ కన్వీనర్లకు, పార్టీ కార్యకర్తలకు, ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు.



విద్యార్థులకు దుస్తులు పంపిణీ

కలసపాడు : మండలంలోని జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల ఎగువ రామాపురంలో చదువుతున్న 377 మంది విద్యార్థులకు ఫౌండేషన్ ఫర్ చిల్డ్రన్ ఇన్ నీడ్ సంస్థ వ్యవస్థాపకులు డాక్టర్ గీత, తోమాస్ రెడ్డి శుక్రవారం దంపతులు ఉచితంగా దుస్తులు పంపిణీ చేశారు. వీటిని సంస్థ ప్రతినిధులు జి. శ్రీకాంత్ రెడ్డి, ఎల్ ప్రసాదరెడ్డి చేతుల మీదుగా అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ఎఫ్.సి.ఎన్. సంస్థ ద్వారా గత 20 ఏళ్లుగా విద్య, వైద్యం, ఉపాధి రంగాలలో సేవలందిస్తున్నామని చెప్పారు. అందులో భాగంగానే దుస్తుల పంపిణీ కార్యక్రమం చేపట్టామన్నారు. కార్యక్రమంలో ప్రధా నోపాధ్యాయుడు కమల్, ఉపాధ్యాయుని ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు హాజరై సంస్థ వ్యవస్థాపకులకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

ఉపాధ్యాయులను కొనసాగించాలి

ప్రజాశక్తి - కడప అర్బన్

ఐటిడిఎ పరిధిలోని గిరిజన సంక్షేమ గురుకులాలలో పని చేస్తున్న ఉపా ధ్యాయులను కొనసా గించాలని ఎస్‌సి, ఎస్‌టి ఉపా ధ్యాయ సంఘం రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి మేకల శివార్జున అన్నారు. శుక్రవారం సంఘం కార్యాలయంలో కార్యవర్గ సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ 2023, జనవరిలో ఇచ్చిన నోటిఫికేషన్ ప్రకారం అవుట్ సోర్సింగ్ పద్ధతిలో ఉపాధ్యాయ ఉద్యోగ నియామకాలు చేపట్టారని తెలిపారు. 129 మంది నిరుద్యోగులు రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఉపాధ్యా ఉద్యోగాల్లో చేరారని చెప్పారు. ఆర్థికశాఖ నుంచి అనుమతి లేదని ఈ ఉపాధ్యాయులను జూన్‌లో హోల్డ్‌లో పెట్టారని పేర్కొన్నారు. జీతాలు కూడా పెండింగ్‌లో పెట్టారన్నారు. దీంతో ఉపాధ్యాయులు ఆందోళన చెందుతున్నారని పేర్కొన్నారు. సరైన సమయంలో ఉపాధ్యాయులను విధులలోకి తీసుకుంటే విద్యార్థులకు అన్యాయం జరగదని తెలిపారు. ప్రభుత్వం వెంటనే పరిశీలించి అధికారులతో మాట్లాడి వెంటనే హోల్డ్ తీసివేసి ఉపాధ్యాయులను కొనసాగేలా చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు. సమావేశంలో జిల్లా అధ్యక్షులు గంగరాజు, కార్యదర్శులు గంగాధర్ పాల్గొన్నారు.

సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న శివార్జున

రాహుల్ గాంధీని అడ్డుకోవడం దారుణం

ప్రజాశక్తి - కడప

రాహుల్ గాంధీని అడ్డుకోవడం దారుణమని కాంగ్రెస్ పార్టీ నగర అధ్యక్షులు వై. విష్ణు ప్రీతం రెడ్డి అన్నారు. మణిపూర్‌లో రాహుల్ గాంధీ కాన్వాయ్‌ని పోలీసులు అడ్డుకోవడాన్ని నిరసిస్తూ శుక్రవారం కాంగ్రెస్ పార్టీ నగర అధ్యక్షుడు విష్ణు ప్రీతం రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఆర్టీసీ బస్టాండ్ అంబేద్కర్ సరిల్‌లో నిరసన కార్యక్రమం చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఘర్షణలకు కేంద్ర బిందువైన చుర్చాంద్పుర్ జిల్లాకు బయలుదేరిన రాహుల్ గాంధీని మార్గమధ్యంలోనే పోలీసులు ఆడుకోవడంఅన్యాయమన్నారు. రుగుతున్న రావణ కాష్టం గురుంచి మోడీ స్పందించక పోగా పరామర్శ కోసం వెళ్లిన ప్రతిపక్ష నాయకుని అడ్డుకోవడం చాలా హేయమైన చర్యగా ఆయన అభివర్ణించారు. మోడి ప్రభుత్వం దేశంలో శాంతి భద్రతలు కాపాడటంలో పూర్తిగా విఫలమైందని పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర కార్యదర్శి ఛార్లెస్, కార్మిక విభాగం జిల్లా అధ్యక్షుడు చెప్పలి పుల్లయ్య, ఎన్ఎస్‌యుఐ జిల్లా అధ్యక్షుడు బాబు, సుబ్బారెడ్డి, హ్యూమన్ రైట్స్ పాలగిరి శివ, యూత్ కాంగ్రెస్ జిల్లా ఉప అధ్యక్షుడు మధురెడ్డి, రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి సుశీల్‌కుమార్, నగర మహిళ అధ్యక్షురాలు లావణ్య, కోపురి శ్రీనివాసులు, కార్మిక నాయకులు అశోక్, ఉదయ్, హబీబుల్లా, సీనియర్ నాయకులు చంద్ర శేఖర్ రెడ్డి, సత్తార్,ఆనంద్, డిసిసి ప్రధాన కార్యదర్శి ప్రసాద్ గౌడ్, ఎన్ఎస్‌యుఐ నాయకులు మహేష్, యూత్ కాంగ్రెస్ ఆర్టీఐ జిల్లా అధ్యక్షుడు నరసింహులు పాల్గొన్నారు.

అంబేద్కర్ సర్కిల్ వద్ద నిరసన తెలుపుతున్న విష్ణు ప్రీతం రెడ్డి, కాంగ్రెస్ నాయకులు

పరిశుభ్రతపై ప్రత్యేక దృష్టి

ప్రజాశక్తి - పులివెందుల రూరల్

పులివెందుల మున్సిపాలిటీని ఆదర్శంగా తీర్చిదిద్దేలా పని చేయాలని, పరిశుభ్రతపై ప్రత్యేకదృష్టి పెట్టాలని మున్సిపల్ చైర్మన్ వరప్రసాద్, పురపాలక ఇన్‌ఛార్జి వైఎస్ మనోహర్‌రెడ్డి తెలిపారు. మున్సిపల్ కమిషనర్ వివి నరసింహారెడ్డి అధ్యక్షతన శుక్రవారం కౌన్సిల్ సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ఈనెలలో ముఖ్యమంత్రి జగన పులి వెందులలో పర్యటించనున్నట్లు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా సిఎం పురపాలక కార్యాలయంలో నూతన భవనాన్ని ప్రారంభించే ఏర్పాట్లును చర్చించారు. ప్రతి కౌన్సిలర్ తమ వార్డులో నిత్యం పర్యటిస్తూ అక్కడి సమస్యలను ఎప్పటికప్పుడు తెలుసుకోవాలన్నారు. ఏమైనా సమస్యలు ఉంటే తమ దృష్టికి తీసుకు రావాలన్నారు. కుక్కల బెడద తప్పించేందుకు చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. జగనన్న సురక్ష పథకానికి సంబంధించి ప్రతి కౌన్సిలర్ పనిచేయాలని సూచించారు. అభివృద్ధి పనులకు సంబంధించి 15 అంశాలపై చర్చించారు. అనంతరం వాటి పనులకు కౌన్సిలింగ్ ఆమోదం తెలిపింది. కార్యక్రమంలో పురపాలక వైస్ చైర్మన్ హాఫీజ్, కౌన్సిలర్లు పార్నపల్లి కిషోర్, బ్రాహ్మణపల్లి మహేశ్వర్‌రెడ్డి, విజయ్‌కుమార్ నాయుడు, ఖాదర్‌బాషా, అరకట వేముల సుజాత, 8వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ శైలజ, కో-ఆప్షన్ చంద్రమౌళి, అధికారులు పాల్గొన్నారు.

మాట్లాడుతున్న చైర్మన్ వరప్రసాద్

నేడు పల్లవోలులో గ్రామసభ

ప్రజాశక్తి - చాపాడు

మండలంలోని పల్లవోలు గ్రామంలో శనివారం జగనన్న సురక్ష కార్యక్రమంలో భాగంగా గ్రామ సభ నిర్వహిస్తున్నట్లు ఇన్‌ఛార్జి ఎంపిడిఒ రాధాకృష్ణవేణి తెలిపారు. ఈ సభలో ప్రజలకు అవసరమైన ధృవీకరణ పత్రాలు ఉచితంగా అందజేస్తామన్నారు. ప్రజలు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఆమె కోరారు. సమావేశంలో అధికారులు పాల్గొంటారన్నారు.

చింతకుంటలో ..

దువ్వూరు : మండలంలోని చింతకుంట గ్రామ పంచాయతీ సచివాలయంలో జగనన్న సురక్ష కార్యక్రమాన్ని శనివారం ప్రారంభించనున్నట్లు ఎంపిపి కానాల జయచంద్రారెడ్డి తెలిపారు. కార్యక్రమానికి ఎమ్మెల్యే ఎస్.రఘురామిరెడ్డి హాజరవుతారని తెలిపారు. మండలంలోని నాయకులు, అధికారులు తప్పక పాల్గొనాలని ఆయన కోరారు.

ఆరోపణలు రుజువు చేయకపోతే సత్యాన్వేషణ దీక్ష

ప్రజాశక్తి - ప్రొద్దుటూరు

ప్రొద్దుటూరులో త్వరలో మూడు హత్యలు జరుగబోతున్నాయని సంచలన పత్రికా ప్రకటన చేసిన టిడిపి ఇన్‌ఛార్జి ప్రవీణ్‌కుమార్‌రెడ్డి వాటిని ఆదివారంలోగా రుజువు చేయాలని, లేనిపక్షంలో వైసిపి ఆధ్వర్యంలో సోమవారం నుండి సత్యాన్వేషణ దీక్ష చేపట్టనున్నట్లు కౌనిలర్ భూమిరెడ్డి వంశీధర్‌రెడ్డి తెలిపారు. స్థానిక మున్సిపల్ కార్యాలయంలో శనివారం సాయంత్రం విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రవీణ్‌కుమార్‌రెడ్డి రెండు రోజుల క్రితం కడప పత్రికా సమావేశంలో ప్రకటన చేసి అట్నుంచి అట్లే ఉడాయించారన్నారు. నిత్యం వార్తలలో ఉండాలనే స్వార్థ చింతనతో ఆయన వ్యవహరిస్తున్నారన్నారు. హత్యల గురించి ముందు తెలిస్తే పోలీస్ అధికారులకు సమాచారం ఇవ్వాలన్నారు. కేవలం పత్రికా ప్రకటన ఇచ్చి అప్పటి నుండి అజ్ఞాతంలోకి వెళ్లిపోవడం బాధ్యత అనిపించుకోదన్నారు. సమాజంలో గందరగోళం సృష్టించడమే అవుతుందన్నారు. ప్రచార యావతో ఇవన్ని చేస్తున్నారన్నారు. నిజంగా ప్రవీణ్ ప్రజలకు మేలు కలిగించేవారైతే ఆ ముగ్గురిని కాపాడే ప్రయత్నంలో భాగంగా పోలీసులకు సమాచారం ఇవ్వాలన్నారు. ఆయన ప్రకటనలోని నిజాన్ని రాబట్టేందుకు పోలీసులు ప్రయత్నిస్తున్నారన్నారు. ఆదివారం నాటికి ఈ ప్రకటనలోని వాస్తవాన్ని నిగ్గుతేల్చాలన్నారు.

మాట్లాడుతున్న వంశీధర్‌రెడ్డి

మహిళతో మాట్లాడుతున్న ఎమ్మెల్యే సుధీర్‌రెడ్డి

పెద్దపసుపులలో ఎమ్మెల్యే పర్యటన

ప్రజాశక్తి - పెద్దముడియం

గడపగడపకూ మనప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో భాగంగా శుక్రవారం ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ మూలె సుధీర్‌రెడ్డి పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన ప్రభుత్వ పథకాలు, సంక్షేమం గురించి ప్రజలకు వివరించారు. కార్యక్రమంలో తహశీల్దార్ జ్యోతి రత్నకుమారి, ఎస్ఐ శ్రీనివాసులు, ఎంపిడిఒ వెంకట రమణయ్య, మార్కెట్ యార్డ్ చైర్మన్ వెంకట రమణారెడ్డి, మాజీ మార్కెట్ యార్డ్ వైస్ చైర్మన్ మనోహర్, ఉపసర్పంచు బాపతి రమణారెడ్డి, స్థానిక నాయకులు కిరణ్‌కుమార్‌రెడ్డి, జంగంరెడ్డి రామసుబ్బారెడ్డి, గవిండ్ల నడిపిరెడ్డి, పద్మనాభరెడ్డి, సర్వేశ్వర్‌రెడ్డి, వైసిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు వాలంటీర్లు పాల్గొన్నారు.

ఎస్ఐగా కృష్ణంరాజు నాయక్ బాధ్యతలు

ప్రజాశక్తి - ఎర్రగుంట్ల

ఎర్రగుంట్ల పోలీస్‌స్టేషన్‌కు ఎస్ఐగా కష్ణంరాజు నాయక్ శుక్రవారం బాధ్యతలు చేపట్టారు. ఆయన ప్రొద్దటూరు 3టౌన్ పోలీస్‌స్టేషన్‌లో పనిచేస్తూ బదిలీపై వచ్చారు. ఎర్రగుంట్ల ఎస్ఐగా నిర్వర్తిస్తున్న కృష్ణయ్య మైలవరానికి బదిలీపై వెళ్లారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్ఐ కృష్ణయ్య బదిలీ విషయం తెలిసిన పలువురు రాజకీయ నాయకులు, ఆత్మీయులు ఆయనకు ఘనంగా వీడ్కోలు పలికారు.

సాంస్కృతిక పోటీల్లో ట్రిపుల్ఐటి విద్యార్థుల ప్రతిభ

ప్రజాశక్తి - వేంపల్లె

నెహ్రూ యవ కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన సాంస్కృతిక పోటీల్లో ఇడుపులపాయ ట్రిపుల్ ఐటి విద్యార్థులు ప్రతిభ చాటినట్లు డైరెక్టర్ సంధ్యారాణి పేర్కొన్నారు. శుక్రవారం ప్రతిభ చాటిన విద్యార్థులను ఇడుపులపాయ ట్రిపుల్ ఐటి డైరెక్టర్ సంధ్యారాణి అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ పట్టణంలోని సిబిటిటి కళాశాలలో జిల్లాస్థాయిలో సాంస్కృతిక యవజన ఉత్సవ పోటీలు నిర్వహించారు. ఈ పోటీల్లో ఇడుపులపాయ ట్రిపుల్ ఐటి విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. నృత్య విభాగంలో కూచిపూడి, జానపదం, దేశభక్తి బృంద నృత్యాలలో ప్రతిభ చాటడడంతో మొదటి, ద్వితీయ, తృతీయ స్థానాల్లో బహుమతులు సాధించినట్లు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో ట్రిపుల్ ఐటి అధ్యాపకులు రత్నకుమారి, మెహినుద్దిన్, సాయి పావని, శ్రీరామకృష్ణ పాల్గొన్నారు.

ప్రతిభ చూపిన విద్యార్థులతో డైరెక్టర్ సంధ్యారాణి

బాబోయ్.. కూరగాయలు కొనలేం.. తినలేం

మార్కెట్లో మూడింతలు పెరిగిన ధరలు - లబోదిబోమంటున్న సామాన్య ప్రజలు

ప్రజాశక్తి - జమ్మలమడుగు

కూరగాయలు కొనాలని మార్కెట్‌కు వెళితే సామాన్య, మధ్య తరగతి ప్రజల వెన్నులో వణుకుపుడుతోంది. ప్రతి ఒక్కరికీ నిత్యం అవసరమైన కూరగాయల ధరలు మార్కెట్లో మండిపోతున్నాయి. వినియోగదారులు కొనలేక బెంబేలెత్తిపోతున్నారు. ప్రతి కూరలో టమోటా, పచ్చిమిర్చి తప్పనిసరి. వీటి ధరలు అందుబాటులో లేవు. కిలో టమోటా ధర రూ.100 దాటింది. ఈ ఏడాది కూరగాయల దిగుబడులు ఆశించిన స్థాయిలోనే ఉన్నా, ధరలు మాత్రం ఆకాశాన్నంటుతున్నాయని వినియోగదారులు వాపోతున్నారు. గత నెలలో కిలో రూ.20 ఉన్న టమోటా ధర ఒక్కసారిగా రూ.100 దాటింది. కూరగాయల ధరలు అమాంతంగా పెరిగిపోవడంతో మధ్యతరగతి ప్రజల్లో గుబులు పుట్టిస్తున్నాయి. ఈ ధరల్లో ఏమి కొనేలా లేదు.. ఏమి తినేలా లేదని సామాన్య ప్రజలు ఆవేదన చెందుతున్నారు. బీన్స్, క్యారెట్, ముల్లంగి, చిక్కుడు కాయలు ఒకటేమిటీ ఇలా ప్రతి కూరగాయ ధరలు ఆకాశాన్ని అంటుతున్నాయి.

మార్కెట్లో ధరలు : సాధారణంగా చిక్కుడు కాయలు కిలో రూ.20 నుండి రూ.30 అంటే ఎక్కువ అనుకుంటాం. ప్రస్తుతం కూరగాయల మార్కెట్లో దీని ధర రూ.60 నుండి రూ.70. పచ్చిమిర్చి రూ.100, అనపకాయలు రూ.120, క్యాప్సికం రూ.80, బెండకాయలు రూ.80, బీరకాయలు రూ.50, కాకర రూ.60, క్యారెట్ రూ.60, ముల్లంగి రూ.50, అల్లం రూ.100, బీన్స్ రూ.100, దోసకాయ రూ.60 ధర పలుకుతోంది. మార్కెట్లో వ్యాపారులు కొనే తూకాన్ని బట్టి ధర చెబుతున్నారు. కూరగాయలను అర కిలో చొప్పున కొనుగోలు చేస్తే ఒక ధర, గ్రాముల లెక్కన కొనుగోలు చేస్తే మరో పక్షం రోజుల వ్యవధిలోనే అన్ని రకాల కూరగాయలు ధరలు రెండింతలు, మూడింతలు పెరిగిపోవడంతో ఏమి చేయాలని సగటు మనిషి ఆవేదన చెందుతున్నాడు.

ధరలు నియంత్రించాలి

కూరగాయల ధరలు పెరిగిపోవడంతో సామాన్య, మధ్య తరగతి ప్రజలు ఇబ్బంది పడుతున్నారు. రూ.100 తీసుకొని మార్కెట్‌కి వెళ్తే ఒక్కరోజు సరిపడా కూరగాయలు కూడా రావడం లేదు. అలాగే ఆకుకూరలు ధరలు కూడా ఆకాశాన్ని అంటుతున్నాయి. అన్ని రకాల కూరగాయలు ధరలు పెరిగిపోయాయి. ప్రభుత్వం స్పందించి ధరలను నియంత్రించాలి.

- ఏసుదాసు, జమ్మలమడుగు

వైసిపి మైనార్టీ నేత టిడిపిలోకి జంప్..!

ప్రజాశక్తి - వేంపల్లె

వేంపల్లెకు చెందిన మైనార్టీ నేత నిమ్మకాయల మహమ్మద్ దర్బార్ టిడిపిలోకి జంప్ అయ్యే అవకాశాలున్నాయి. వైఎస్ రాజారెడ్డి హయాం నుండి కాంగ్రెస్ పార్టీలో ఉన్న ఆయనకు వైఎస్ఆర్ కుటుంబం అంటే చాల అభిమానం. వైఎస్ఆర్ కుటుంబం కూడా ఆయన పట్ల అదే అభిమానం చూపేది. వైఎస్ కుటుంబంపై ఉన్న అభిమానంతో వైఎస్ఆర్ చనిపోయిన తర్వాత మహ్మద్ దర్బార్ పులివెందుల–రాయచోటి ప్రధాన రహదారిపై బైపాస్ రోడ్డులో రూ.50లక్షలు విలువ చేసే తన సొంత స్థలంలో అప్పట్లోనే రూ.6లక్షలు ఖర్చు చేసి వైఎస్ విగ్రహం ఏర్పాటు చేశారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ హయాంలో పదవులు, డబ్బులు సంపాదించిన ఒక్క నాయకుడు కూడా వేంపల్లెలో వైఎస్ విగ్రహం పెట్టేందుకు ముందుకు రాలేదు. ఆయన ఏర్పాటు చేసిన విగ్రహం వద్దనే వైసిపి నాయకులు వైఎస్ జయంతి, వర్ధంతి వేడుకలు జరుపుతూ నివాళులర్పిస్తున్నారు. వైసిపి స్థాపించినప్పటి నుండి కూడా నిమ్మకాయల మహమ్మద్ దర్బార్ పార్టీనే నమ్ముకొని, దాని బలోపేతానికి పని చేశారు.

చంద్రబాబును కలిసిన మహమ్మద్ దర్బార్ (ఫైల్‌ఫొటో)

అయితే కొందరి నాయకుల వల్ల పార్టీలో సముచిత స్థానం లభించలేదు. అయినప్పటికీ పార్టీలోనే కొనసాగుతూ వచ్చారు. ఇటీవల గడపగడపకూ మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమానికి వచ్చిన ఎంపీ వైఎస్ అవినాష్‌రెడ్డి దృష్టికి గండి రోడ్డులోని నాలుగు రోడ్ల కూడలిలో ఉన్న బాత్రూంల సమస్యను దర్బార్ తెచ్చారు. అయితే ఆ సమస్య పట్ల ఎంపీ విముఖత చూపడంతో దర్బార్ మనస్థాపానికి గురయ్యారు. తన మాటకు వైసిపి నాయకులు గుర్తింపునివ్వకపోవడంతో పార్టీ మారాలని అనుకున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ఇటీవల టిడిపి నేత, మాజీ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబును పులివెందుల ఇన్‌ఛార్జి బిటెక్ రవీంద్రారెడ్డితో నిమ్మకాయల దర్బార్ కలిశారు. ఆయన టిడిపిలో చేరుతున్నట్లు పుకార్లు వస్తున్న నేపథ్యంలో ఆపడానికి కొందరు వైసిపి నాయకులు నామమాత్రంగా చర్చలు జరిపారు. కొందరు నాయకులు మాత్రం దర్బార్ పార్టీ వీడినా ఏమీ కాదులే అని అంటున్నట్లు చర్చించుకొంటున్నారు. త్వరలో టిడిపిలో చేరుతున్నట్లు పుకార్లు వినిపిస్తున్నాయి. సిఎం సొంత నియోజకవర్గంలోనే పార్టీ పిరాయింపులు మొదలయ్యాయి. పులివెందుల నియోజకవర్గంలో వేంపల్లె మండలం వైసిపికి కంచుకోట. అయితే వైసిపి నుంచి టిడిపిలో చేరేందుకు ఒకొక్కరూ జంప్ జిలానీగా మారుతున్నారు. టిడిపి నాయకులు కూడా పార్టీని బలోపేతం చేసేందుకు వైసిపిలోని అసంతృప్తులకు గాలం వేస్తున్నారని సమాచారం. వైసిపి నాయకులు మాత్రం ఎంత మంది పోయి నా ఫర్వాలేదనే భావనతో ఉన్నారు. ఏదేమైనా ఎన్నికలు సమీపిస్తున్న సమయంలో వైసిపి నుండి టిడిపిలోకి మైనార్టీ నేత దర్బార్ వంటివారు ఎంత మంది గోడ దూకుతారో వేచి చూడాలి.

ఎస్సి, ఎస్టిలపై అధికమైన దాడులు : టిడిపి

ప్రజాశక్తి - ప్రొద్దుటూరు (పుట్టపర్తి సర్కిల్)

వైసిపి నాలుగేళ్ల పాలనలో ఎస్సి, ఎస్టిలపై దాడులు, హత్యలు, మహిళలపై అత్యాచారాలు 69 శాతం పెరిగాయని టిడిపి జిల్లా అధ్యక్షుడు లింగారెడ్డి ఆరోపించారు. స్థానిక కార్యాలయంలో శుక్రవారం ఆయన విలేకరులతో మాట్లాడుతూ వీటిపై కేసులు పెట్టినా నిందితులకు బాధ్యులకు శిక్ష పడడంలేదన్నారు. రాజ్యాంగం, చట్టాల, బడ్జెట్‌రీత్యా ఎస్సి, ఎస్టిలకు రావాల్సిన ప్రయోజనాలు వారికి అందడంలేదన్నారు. వైసిపి ప్రభుత్వంలో వారికి ఉపాధి, ఉద్యోగం, రక్షణ, గౌరవం లభించడంలేదన్నారు. వారిపై వివక్ష పెరిగిందని ఆరోపించారు. టిడిపి హయాంలో భూమి కొనుగోలు పథకం కింద వారికి భూమి కొనిచ్చి వాటికి విద్యుత్, మోటరు, పైప్‌లైన్ ఏర్పాటు చేసుకునేందుకు నగదును కూడా అందిచామన్నారు. కార్యక్రమంలో టిడిపి బిసి సెల్ రాష్ట్ర కార్యదర్శి సుంకర వేణుగోపాల్, నాయకులు సీతారామిరెడ్డి, గురప్ప, సిద్దయ్య పాల్గొన్నారు.

మాట్లాడుతున్న లింగారెడ్డి

మందకొడిగా జగనన్న ఇళ్ల నిర్మాణాలు

ప్రజాశక్తి - ఎర్రగుంట్ల

పట్టణంలోని జగనన్న కాలనీకి సంబంధించిన ఇళ్ల నిర్మాణ పనులు మందకొడిగా సాగుతున్నాయి. మొత్తం 9 సచివాలయాలు ఉండగా.. అందులో జరుగుతున్న ఇళ్ల నిర్మాణ పనులకు సంబంధించి 2 సచివాలయాలను తహశీల్దార్‌కు, 2 సచివాలయాలు మున్సిపల్ కమిషనర్‌కు, 2 సచివాలయాలు హౌసింగ్ ఎఇకి మిగిలిన 3 సచివాలయాలు మున్సిపల్ ఎఇకి పర్యవేక్షణ బాధ్యతలను ఉన్నతాధికారులు అప్పజెప్పారు. కానీ క్షేత్రస్థాయిలో పని చేయవలసిన హౌసింగ్ వర్క్ ఇన్‌స్పెక్టర్లు, సచివాలయ అమినిటీస్ లేకపోవడంతో గృహ నిర్మాణ పనులు పూర్తిగా నెమ్మదించాయి. పట్టణంలో సొంత స్థలం కలిగి ప్రభుత్వ ఇళ్లు నిర్మించుకునే లబ్ధిదారుల సంఖ్య 371, జగనన్న లేఅవుట్‌లోని లబ్ధిదారుల సంఖ్య 947. వీటికి సంబంధించి కేవలం ఒక్క హౌసింగ్ వర్క్ ఇన్‌స్పెక్టర్ మాత్రమే పని చేయడం గమనార్హం. ఉన్నతాధికారులు ఇచ్చిన లక్ష్యం పూర్తి చేయడం కోసం ఉన్న ఒక్క వర్క్ ఇన్‌స్పెక్టర్‌ను ఆదివారం కూడా పని చేయిస్తున్నట్లు సమాచారం. ఈ మధ్యకాలంలో జగనన్న కాలనీలో జరిగిన అవకతవకలపై ఉన్నతాధికారులు హౌసింగ్ డిఇ విజయ్‌బాబు, హౌసింగ్ ఎఇ శ్రీనివాసులు, సచివాలయ అమినిటీస్‌ను సస్పెండ్ చేసిన విషయం తెలిసిందే. దీంతో ఏ ఒక్క సచివాలయ అమినిటీ కూడా ఇక్కడికి రావడానికి ఇష్టపడడంలేదనే సమాచారం. ఇప్పటికే జగనన్న ఇళ్ల నిర్మాణ పనులు చేపట్టి మూడేళ్లు గడిచినా 30శాతం నిర్మాణాలు కూడా పూర్తి కాలేదు. అధికారులు సమయానికి ఇళ్ల నిర్మాణాలను పూర్తి చేయాలని ఒత్తిడి చేస్తున్నారే తప్ప, సమయానికి సిమెంటు, కడ్డీలు అందించేందుకు తగినంత సిబ్బందిలేరని

జగనన్న కాలనీలో నిర్మిస్తున్న గృహాలు

లబ్ధిదారులు వాపోతున్నారు. ప్రభుత్వానికి సంబంధించిన నాయకులు కూడా జగనన్న గృహ నిర్మాణాలు త్వరగా పూర్తిచేయాలని అధికారులపై ఒత్తిడి తెస్తున్నారే తప్ప, వారి సమస్యలను పట్టించుకోవడంలేదని కొందరు అధికారులు చర్చించుకున్నట్లు సమాచారం. హౌసింగ్ అధికారులు ఇచ్చిన గణాంకాల ప్రకారం బిబిఎల్ స్టేజీలో 309, బిఎల్ స్టేజీలో 435, ఆర్ఎల్ స్టేజీలో 166, ఆర్‌సి స్టేజీలో 77 ఇళ్లకు పనులు జరుగుతుండగా, 331 గృహాలు పూర్తయ్యాయి. ఈ లెక్కన మొత్తం ఇళ్ల నిర్మాణాలు పూర్తయి లబ్ధిదారులు అందులో చేరేందుకు ఇంకా ఎంత సమయం పడుతుందో వేచి చూడాలి. నియోజకవర్గ స్థాయి నాయకులు సిబ్బంది కొరతను గ్రహించి, త్వరితగతిన గృహ నిర్మాణ పనులు పూర్తయ్యేలా చర్యలు తీసుకోవాలని పలువురు కోరుతున్నారు.

జోరందుకున్న పసుపుసాగు

సీతారామాపురం వద్ద చేస్తున్న పసుపు సాగు

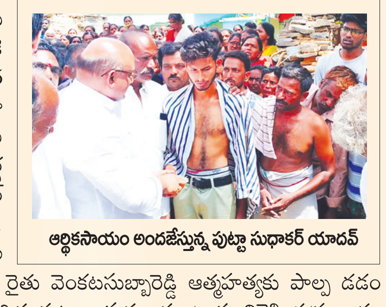
ప్రజాశక్తి - చాపాడు

గత వారంలో పడిన వర్షాలకు భూములు పదును కావడంతో రైతులు పూర్తిగా వ్యవసాయ పనుల్లో నిమగ్నమయ్యారు. పసుపు సాగు ముమ్మరం చేశారు. కుందూ పరిధిలో రైతులు దుక్కిళ్ళు, వరినారు సాగుకు ఏర్పాట్లు, కాలువలలో పూడికతీత, నారుమడి కయ్యల ఏర్పాటు వంటి పనుల్లో పూర్తిగా మునిగిపోయారు. పంటపొలాల్లో రైతులు పసుపు సాగు చేస్తూ కనిపిస్తున్నారు. జిల్లాలో గత వారంలో వర్షాలు పడడం, సాగుకు సమయం ఆసన్నం కావడంతో సాగు చేపడుతున్నారు. కుందూ పరిధిలో వరి సాగు చేసేందుకు రైతులు సిద్ధమయ్యారు. మండలపరిధిలో గతేడాది 290 ఎకరాల్లో పసుపు పంట సాగైంది. ఇది ఈ ఏడాది మరింత పెరిగే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. ప్రస్తుతం విత్తనపు ధర పుట్టి (300) కిలోలు రూ.4500 వరకు ఉంది. ఎకరాకు ఐదు పుట్ల వరకు రైతులు సాగుకు ఉపయోగిస్తున్నారు. విత్తన పసుపును గతేడాది సాగు చేసిన రైతులు నుండి సేకరిస్తున్నారు. అలాగే మైదుకూరు మండలం కెసి లింగాయపల్లి, బండివారిపల్లి, ఉత్సలవరం, గంజికుంట ప్రాంతాల నుండి కొనుగోలు చేసి తెస్తున్నారు. ఎకర సాగుకు కూలీలు, విత్తనం, కాడెద్దులతో కలిపి రూ.30 వేల వరకు ఖర్చులు అవుతున్నాయని రైతులు పేర్కొంటున్నారు. వర్షాలు తక్కువగా పడినప్పటికీ పసుపు సాగుకు అదును దాటుతుందని రైతులు ముమ్మరంగా సాగులో నిమగ్నమయ్యారు. అలాగే కెసి కెనాల్‌కు సకాలంలో నీరు విడుదలైతే 18వేల ఎకరాల్లో వరి పంట సాగు కావచ్చని అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. చాపాడు, సీతారామాపురం, అల్లాడుపల్లె, కేతవరం, చియ్యపాడు తదితర గ్రామాల్లో పసుపు సాగు చేపడుతున్నారు.

ప్రభుత్వ పరిహారం అందేలా కృషి చేస్తా

- రైతు కుటుంబానికి రూ.50 వేలు పుట్టా ఆర్థిక సాయం

ప్రజాశక్తి - ఖాజీపేట


ఆర్థికసాయం అందజేస్తున్న పుట్టా సుధాకర్ యాదవ్

రైతు వెంకట సుబ్బారెడ్డి కుటుంబానికి ప్రభుత్వం నుంచి రూ.25 లక్షలు పరిహారం అందేలా కృషి చేస్తానని టిడిపి మైదుకూరు నియోజకవర్గ ఇన్‌ఛార్జి పుట్టా సుధాకర్ యాదవ్ తెలిపారు. మండలంలోని తుడుమల దిన్నె గ్రామానికి చెందిన రైతు వెంకటసుబ్బారెడ్డి ఆత్మహత్యకు పాల్పడడం బాధాకరమన్నారు. ఆ బాధిత కుటుంబసభ్యులను గ్రామానికెళ్లి శుక్ర వారం ఆయన పరామర్శించారు. రైతు మృతదేహం వద్ద పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం పుట్టా సుధాకర్ యాదవ్ రూ.50 వేలు నగదును తన వంతు సాయంగా అందజేశారు. ప్రభుత్వం బాధిత కుటుంబాన్ని ఆదుకోవాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. సిఎం ఇలాఖాలో రైతులు ఆత్మహత్యకు పాల్పడుతుండడం ప్రభుత్వానికి సిగ్గుచేటన్నారు. కార్యక్రమంలో మండల టిడిపి అధ్యక్షులు తిప్పిరెడ్డి లక్ష్మిరెడ్డి, నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

సాంకేతిక సమస్యతో గంటకుపైగా నిలిచిన రైలు

- వాహనదారులు, ప్రయాణికులు అవస్థలు

ప్రజాశక్తి - ముద్దనూరు

రైలు వస్తుందని 20 నిమిషాలు ముందుగా గేటు వేశారు. గురువారం రాత్రి గూడ్స్ రైలు గేట్ సమీపంలో ఉన్న సిగ్నల్ దాటగానే సాంకేతిక సమస్య వల్ల రైలు గేటు వద్ద ఒకటిన్నర గంట సేపు నిలిచి పోయింది. గేట్లు తెరవకపోవడంతో గంటన్నర పాటు వాహనాలు నిలిచిపోయాయి. వాహనదారులు, ప్రయాణికులు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడ్డారు. గేటు వేస్తే కార్లు, బైకులు, ఆటోలు, ట్రాక్టర్లు బ్రిడ్జి కింద నుండి వెళ్లేవారు. రెండు నెలలుగా బ్రిడ్జి మరమ్మతులు జరుగుతున్నాయి. గుంతలు ఏర్పడ్డాయి. వర్షం కురిస్తే బ్రిడ్జి కింద వెళ్లేందుకు వీలు పడదు. గంటల తరబడి వేచి చూడలేక బైకుపై వెళ్లే వాహనదారులు నానా అవస్థలు పడుతూ బ్రిడ్జి కింద వెళ్లారు. నీటిలో గుంతలు కనపడక ప్రమాదాలకు గురవుతున్నారు. ఫ్లై ఓవర్ బ్రిడ్జి ఊరికి దూరంగా ఏర్పాటు చేశారు. దానిపై వెళ్లాలంటే చుట్టూ తిరిగి మూడు కిలోమీటర్లు వెళ్లాల్సి ఉంటుందని వాహనదారులు, ప్రయాణికులు వాపోతున్నారు. సిగ్నల్ సాంకేతిక సమస్య ఏర్పడుతుందని స్థానిక రైల్వే అధికారులు అంటున్నారు. కొన్ని రోజుల క్రితం గుంతకల్లు డిఆర్ఎం ముద్దనూరు రైల్వేస్టేషన్‌కు వచ్చినప్పుడు వైసిపి మండల కన్వీనర్ నాయకులు శ్రీధర్‌రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ప్రజలు అండర్ బ్రిడ్జి ఏర్పాటు చేయాలని వినతిపత్రం అందజేశారు. డిఆర్ఎం సానుకూలంగా స్పందించారని వారు తెలిపారు. గేటు సమస్యను పరిష్కరించాలని ప్రజలు, వాహనదారులు, ప్రయాణికులు కోరుతున్నారు.

అప్ప కోసం ఇలా చేయడం భావ్యమా..?

- పిసిసి మీడియా చైర్మన్ తులసిరెడ్డి

ప్రజాశక్తి - వేంపల్లె

అప్పుల కోసం రైతుల మెడకు ఉరితాళ్లు బిగించాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్ణయించడం భావ్యమా అని పిసిసి మీడియా చైర్మన్ తులసిరెడ్డి ప్రశ్నించారు. శుక్రవారం వేంపల్లెలో ఆయన విలేకరులతో మాట్లాడుతూ విద్యుత్ సంస్కరణలో భాగంగా వ్యవసాయ పంపు సెట్లకు మీటర్ల బిగిస్తే రాష్ట్రాల స్థూల ఉత్పత్తిలో 0.5 శాతం అదనపు అప్పుకు రాష్ట్రాలకు అవకాశం కల్పిస్తామని మోడీ ప్రభుత్వం రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు షరతు విధించిదన్నారు. దేశంలోని అనేక రాష్ట్రాలు ఈ షరతులు ఒప్పుకోలేదని తెలిపారు. మన పొరుగు రాష్ట్రాలైన తెలంగాణ, తమిళనాడు, కర్ణాటక ప్రభుత్వాలు కూడా ఈ షరతులకు అంగీకరించలేదన్నారు. దురదృష్టవశాత్తూ ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో జగన్ ప్రభుత్వం అప్పు కోసం మోడీ పెట్టిన షరతులను ఒప్పుకుందన్నారు. వ్యవసాయ పంపు సెట్లకు మీటర్లు బిగించడం ద్వారా ఆ రంగానికి ఉచిత విద్యుత్ సరఫరా పథకాన్ని ఎత్తి వేయాలని జగన్ ప్రభుత్వం ఎత్తుగడ వేసిందని ఆరోపించారు. వ్యవసాయ రంగానికి ఉచిత విద్యుత్ పథకం కాంగ్రెస్ మానస పథకమన్నారు. వ్యవసాయ మోటర్లకు మీటర్లు బిగించే నిర్ణయాన్ని జగన్ ప్రభుత్వం విరమించుకోవాలని తులసిరెడ్డి డిమాండ్ చేశారు. లేకుంటే రైతుల ఆగ్రహానికి జగన్ ప్రభుత్వం గురికావలసి వస్తుందన్నారు. విలేకరుల సమావేశంలో కాంగ్రెస్ నాయకులు ఉత్తన్న, అమర్, సుబ్బరాయుడు, శివ, నాగార్జున, రామకృష్ణ పాల్గొన్నారు.

టిడిపితోనే రాష్ట్ర భవిష్యత్ : భూపేష్‌రెడ్డి

ప్రజాశక్తి - జమ్మలమడుగు రూరల్

టిడిపితోనే రాష్ట్ర భవిష్యత్ సాధ్యమని టిడిపి నియోజకవర్గ ఇన్‌ఛార్జి చదిపిరాళ్ల భూపేష్‌రెడ్డి అన్నారు. శుక్రవారం మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని 13,14వ వార్డులో భవిష్యత్ గ్యారెంటీ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా భూపేష్‌రెడ్డి మాట్లాడుతూ మహానాడు వేదిక సాక్షిగా మినీ మేనిఫెస్టోను ప్రకటించారన్నారు. ఆ పథకాలను ఆయన వివరించారు. ప్రజలను మభ్యపెట్టి అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత వైసిపి విద్యుత్, బస్ ఛార్జీలు, చెత్త పన్నులను పెంచి పేద, మధ్య తరగతి వారిని ఇబ్బందులకు గురి చేస్తున్నారని విమర్శించారు. రాబోయే ఎన్నికల్లో ఈ ప్రభుత్వానికి బుద్ధి చెప్పి చంద్రబాబును ముఖ్యమంత్రిగా చేసుకోవాలన్నారు. తనను ఎమ్మెల్యేగా గెలిపించాలని భూపేష్‌రెడ్డి కోరారు. టిడిపి రాష్ట్ర కార్యదర్శి రమణారెడ్డి, ఓబుల్‌రెడ్డి, శివ, గుర్రప్ప, కిరణ్ రాయల్, మురళి, హనుమంతు నాయక్, గిరి, నవీన్ రాయల్, ఐఎల్ చిన్న, హరి రాయల్, సూర్య రాయల్, సురేంద్రనాథ్‌రెడ్డి, గురుస్వామి, జింక ప్రసాద్, మనోహర్, దుర్గాప్రసాద్, మల్లికార్జున, నీలి ప్రసాద్, మహబూబ్ బాషా, బాలపుల్లారెడ్డి, కృష్ణమూర్తి, శ్రీనివాసులు, మల్లికార్జున, తిరుమల కొండు, జయచంద్ర, నెల్సన్‌కుమార్, ఫిలిప్, శ్రీనివాసులు, ఖదీర్, మస్తాన్, పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, దేవగుడి కుటుంబ అభిమానులు పాల్గొన్నారు.

టిడిపి నాయకులతో భూపేష్‌రెడ్డి

మూడు రోజులపాటు విద్యుత్ సరఫరాలో అంతరాయం

ప్రజాశక్తి - పులివెందుల టౌన్

పట్టణంలో 11 కెవి విద్యుత్ సబ్‌స్టేషన్‌లో మరమ్మతుల కారణంగా శనివారం నుండి మూడు రోజులపాటు విద్యుత్ సరఫరాలో అంతరాయం కలుగుతుందని ట్రాన్స్‌కో ఎఇ జగదీశ్వర్‌రెడ్డి శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. శని, ఆది, సోమవారాల్లో ఉదయం 8 గంటల నుండి మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు విద్యుత్ సరఫరాను నిలిపివేస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. ఇందుకు పట్టణ ప్రజలు సహకరించాలని ఆయన కోరారు.

2022 ఖరీఫ్ బీమా జాబితా విడుదల

ప్రజాశక్తి - కొండాపురం

వైఎస్ఆర్ ఉచిత పంటల బీమా జాబితా విడుదల చేసినట్లు ఏఒ ఎవి రామాంజల్‌రెడ్డి తెలిపారు. 2022 ఖరీఫ్ పంటకు సంబంధించి ఉచిత పంటల బీమాకు అర్హత సాధించిన రైతుల జాబితా మండలంలోని రైతు భరోసా కేంద్రాల్లో ప్రదర్శించారన్నారు.

తాగునీటి పైపులైన్ పనుల పరిశీలన

ప్రజాశక్తి - ఎర్రగుంట్ల

పట్టణ పరిధిలో సరఫరా అవుతున్న తాగునీటి పైపులైన్లు డ్యామేజీతో పట్టణంలో పలుచోట్ల మంచినీటి సరఫరాకు అంతరాయం ఏర్పడినందున పైప్‌లైన్లను మరమ్మత్తులు చేయ వలసిందిగా మున్సిపల్ కమిషనర్ పగడాల జగన్నాథ్ వాటర్ వర్క్స్ సిబ్బందికి శుక్రవారం ఆదేశాలు జారీ చేశారు. కడప రోడ్డులో జరుగుతున్న మరమ్మత్తుల పనులను అయన పరిశీలించారు. కార్యక్రమంలో ఆర్ఒ గంగిరెడ్డి పాల్గొన్నారు.

పనులను పరిశీలిస్తున్న కమిషనర్ జగన్నాథ్

ప్రజాశక్తి
ప్రతి అక్షరం-ప్రజలపక్షం
వైద్యరంగ
ప్రత్యేక సంచిక
ఎడిటివి ఫీచర్ -వైఎస్ఆర్/అన్నమయ్య
01.07.2023 శనివారం

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలతో...
వైద్య వృత్తిలో విశిష్ట సేవలందిస్తూ...
నిత్యం ప్రజాసేవకే అంకితమై అందరి మన్ననలు పొందుచున్న
డాక్టర్ మిత్రులకు, శ్రేయోభిలాషులకు
మరియు పట్టణ ప్రజలందరికీ డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
Ph : 08564 - 250633
Cell : 92900 55674
శ్రీ కృష్ణ హాస్పిటల్
తల్లి పిల్లల మరియు మానసిక వైద్యశాల
శ్రీ కృష్ణ న్యూరోమైండ్ కేర్ సెంటర్
డా॥ పి.వి. చంద్రశేఖర్
M.B.B.S., D.C.H,
పురిటి మరియు చిన్న పిల్లల వైద్య నిపుణులు
Regd.No. 40732
డా॥ యన్. కవితా ప్రసన్న
M.B.B.S., MD. (Psy)
నరములు, మెదడు మరియు మానసిక వైద్య నిపుణులు
Regd.No. 42677
5/371, విజయనగరంవీధి, ప్రొద్దుటూరు - 516 360.

వైద్యులకు ఆదర్శం

బిసి రాయ్

నేడు జాతీయ వైద్యుల దినోత్సవం

సమాజంలో ఉన్న వృత్తులూ దేనికదే ప్రత్యేకతను కలిగి ఉన్నాయి. వైద్య వృత్తి మాత్రం మిగతా వాటికి భిన్నంగా పవిత్రమైనదిగా చెప్పవచ్చు. ఎందుకంటే మరణపు చివరిటంచులదాకా వెళ్లిన వారి ప్రాణం నిలిపే శక్తి వైద్యునికే ఉంది. ఈ ప్రాణదాతల కోసం కేటాయించినదే 'డాక్టర్స్ డే'. మన సంప్రదాయాలు, సంస్కృతుల్లో భాగంగా పండగలు ఎలా నిర్వహించుకుంటున్నామో అలాగే ప్రత్యేక దినోత్సవాలను జరుపుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. వీటిద్వారా గత స్మృతులను గుర్తు చేసుకుని దినోత్సవాల ప్రాధాన్యతను భావితరాలకు స్ఫూర్తిగా అందించాల్సిన బాధ్యత మనపై ఉంది. మానవసేవే పరమావధిగా సాగే వైద్యవృత్తిలో ఎంతగా సేవానిరతి కలిగి ఉంటే అంతటి గొప్ప వైద్యునిగా గుర్తింపు లభిస్తుంది. అలాంటి వారు చరిత్రలో స్థిరస్థాయిగా నిలిచి కీర్తి పొందుతారు. అలాంటి వ్యక్తే డాక్టర్ బిదన్ చంద్రరాయ్ (బిసిరాయ్). మన దేశంలో వైద్య రంగానికి ఎనలేని సేవలందించారు. వైద్య రంగానికే వన్నె తెచ్చారు. ఆయన జన్మదినం, మరణించిన రోజు ఒకే తేదీ కావడం గమనార్హం. అదే జులై ఒకటి.. ఆయన సేవలకు గుర్తుగా ఆ రోజున డాక్టర్స్‌డే నిర్వహించుకుంటున్నాం.

ప్రతి ఏటా జులై ఒకటో తేదీన డాక్టర్స్ డే నిర్వహించుకుంటున్నాం. రోగుల ప్రాణాలను కాపాడేందుకు వైద్యులు చేసే నిరంతర సేవలను గుర్తు చేసుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతయినా ఉంది. అనుక్షణం ఆరోగ్యాన్ని, శారీరక, మానసిక స్థైర్యాన్ని అందించే డాక్టర్‌కు ఏమిచ్చినా రుణం తీర్చుకోలేం. ఆ ప్రాణదాతలు పోసే ఊపిరితో గుండెల నిండుగా కృతజ్ఞతలు నింపుకుని పదేపదే గుర్తుచేస్తూ ఉండేందుకు వారికోసం ప్రపంచమంతా ఒక రోజు కేటాయించింది. అదే ప్రపంచ డాక్టర్స్‌డే.

డాక్టర్స్‌డే చరిత్ర

జార్జియాలోని విండార్లో డాక్టర్ చార్లెస్ బి.తల్మండ్ గొప్ప వైద్యుడు. ఆయన రోగుల కోసం చేస్తున్న సేవను చూసి ఆయన భార్య బ్రౌన్‌తల్మండ్ ఆశ్చర్య పోయింది. డాక్టర్లు రోగుల కోసం తమ వ్యక్తిగత జీవితాన్ని పక్కన పెట్టి నిరంతరం వారు పడుతున్న తపన, చేస్తున్న సేవలకు గుర్తుగా వారి గౌరవార్థం సంవత్సరంలో ఒక రోజును కేటాయించింది. వారి సేవలను మననం చేసుకుంటూ కృతజ్ఞతగా శుభాకాంక్షలు చెప్పాలని భావించింది. విండార్లో (మిగతా 2లో)

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
వైద్య వృత్తిలో విశిష్ట సేవలందిస్తూ...
నిత్యం ప్రజాసేవకే అంకితమై అందరి మన్ననలు పొందుచున్న
డాక్టర్ మిత్రులకు, శ్రేయోభిలాషులకు
మరియు పట్టణ ప్రజలందరికీ డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
దేవి మెడికల్స్
నాగులమాను వీధి, రాజంపేట.

డా॥ రమేష్ మల్టీ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్
ఎల్.ఐ.సి. ఆఫీసు దగ్గర, ప్రొద్దుటూరు రోడ్డు, జమ్మలమడుగు.
డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
అవాంతరాలను లెక్కచేయక ఆత్మ విశ్వాసమే
ఆయుధంగా ప్రజారోగ్యాన్ని సంరక్షిస్తున్న
సహచర వైద్యులకు, మిత్రులకు,
శ్రేయోభిలాషులకు డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
డా॥ వి.రామేశ్వరుడు
MBBS MS
Retd DCHS YSR KADAPA
Retd Superintendent Govt Hospital,
Jammalamadugu.
డా॥ వి. కిరణ్ కుమార్
M.S., FMAS
General & Laparoscopic
Surgeon & Diabetologist.
డా॥ యం. హరిక్రిష్ణ
M.B.B.S., DMRD (DNB)
Fellow in Foeti Medicine
(FIMA,BNG)FMF (UK)
Radiologist & Foetal
Medicine Specialist
డా॥ వి. స్వప్న
M.B.B.S., DGO
డా॥ శిల్పా కిరణ్, M.S.,
Opthalmology,
Eye Specialist.

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
వైద్యవృత్తిలో విశిష్ట సేవలందిస్తూ నిత్యం ప్రజాసేవకే
అంకితమై అందరి మన్ననలు
పొందుచున్న డాక్టర్ మిత్రులకు, ప్రజలకు,
శ్రేయోభిలాషులకు డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
మా ఆసుపత్రి నందు బిపి, షుగర్, కొలెస్ట్రాల్, ఛాతినొప్పి,
ఆయాసము, గుండెదడ, కాళ్ళవాపు, కళ్ళు తిరగడం, దగ్గు,
అసిడిటి, విషజ్వరాలు వంటి వ్యాధులకు పరీక్షలు, చికిత్సలు కలవు.
24/7 Emergency Services
సంప్రదించు వేళలు :
ఉ॥9 నుండి మ॥ 3 గం॥ల వరకు సా॥5 నుండి రాత్రి 9 గం॥ల వరకు
ఆదివారం : సా॥ 5 నుండి రాత్రి 9 వరకు
డా॥ ఎమ్.ఎల్.ఎన్.ప్రసాద్ రాజు
MD,(Physician), DC (cardiology),
FIDM(Diabetology)
FICCM(critical care)
ఎక్స్ రిజిస్ట్రార్, కేర్ హాస్పిటల్, హైదరాబాద్,
ఎక్స్ కన్సల్టెంట్, జీనియా హాస్పిటల్, హైదరాబాద్
ఎక్స్ కన్సల్టెంట్, శ్రీ హాస్పిటల్, కడప.
ఆర్ ఆర్ హాస్పిటల్
1/722, ద్వారకానగర్, హెచ్‌డిఎఫ్‌సి బ్యాంక్ వెనుక,
రైల్వేస్టేషన్ రోడ్డు, సంధ్య సర్కిల్ దగ్గర, కడప.

వైద్యులకు ఆదర్శం బిసి రాయ్

(మొదటి పేజీ తరువాయి) 1933 మార్చి 30న తొలి డాక్టర్స్ డేను పాటించారు. ఆరోజున గ్రీటింగ్ కార్డులు పంపడం, అసువులు బాసిన డాక్టర్లకు పూలతో నివాళులర్పించటం ద్వారా తొలి డాక్టర్స్ డే నిర్వహించారు. యుఎస్‌లో 1958 మార్చి 30న డాక్టర్స్‌డే పాటిస్తూ ప్రతినిధుల సభ తీర్మానించింది.

మార్చి 30వ తేదీని నేషనల్ డాక్టర్స్‌డేగా పాటించాల్సిందిగా 1990 అక్టోబర్ 30న జార్జిబుష్ చట్టం చేశారు. మన దేశంలో భారత దేశంలో ప్రతి ఏటా జులై 1న నేషనల్ డాక్టర్స్‌డే పాటిస్తున్నాం. ప్రముఖ డాక్టర్ బిదన్‌చంద్ర రాయ్ గౌరవార్థం ఈ రోజును నిర్ణయించారు. ఈయన 1882 జులై 1న బీహార్‌లోని పాట్నా జిల్లాలో ఉన్న బకీంపూర్‌లో జన్మించారు. తండ్రి పేరు ప్రకాష్ చంద్ర. బిసి రాయ్ 14వ ఏటే తన తల్లిని కోల్పోయారు.

అవివాహితుడైన డాక్టర్ బిసి రాయ్ తన ఆస్తులతో పాట్నాలో ఒక ట్రస్ట్ ఏర్పాటు చేసి సామాజిక సేవలకు దానిని అంకితం చేశారు. 1909–11 మధ్య ఇంగ్లాండ్‌లో వైద్యవిద్య పూర్తిచేసుకుని 1911లో భారతదేశానికి వచ్చి కలకత్తాలోని మెడికల్ కాలేజీలో ప్రొఫెసర్‌గా పనిచేశారు. జాదవ్‌పూర్ టిబి హాస్పటల్. ఆర్‌జి. బార్ వెడికల్ కాలేజ్ , కమలా నెహ్రూ హాస్పటల్, విక్టోరియా మెడికల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్, చిత్తరంజన్ క్యాన్సర్ హాస్పటల్ మొదలగు వైద్య, ఆరోగ్య సంబంధిత సంస్థలను నెలకొల్పి వాటిద్వారా అపారమైన సేవలందించారు. 1926లో ప్రత్యేకంగా మహిళలు, పిల్లల కోసం చిత్తరంజన్ సేవాసదన్ పేరుతో వైద్యశాలను ఏర్పాటుచేసి మహిళల కోసం నర్సింగ్ శిక్షణా సంస్థను ఏర్పాటు చేశారు.

రాజకీయ రంగంలో డాక్టర్ బిసి రాయ్

1925లో రాజకీయ రంగప్రవేశం చేశారు. బారక్‌పూర్ అసెంబ్లీ నుంచి పోటీచేసి ప్రముఖుడైన "గ్రాండ్ ఓల్డ్ మ్యాన్ ఆఫ్ బెంగాల్‌గా" పేరొందిన సురేంద్రనాథ్ బెనర్జీపై గెలుపొందారు. 1922–28 మధ్య కలకత్తా మెడికల్ జర్నల్‌కు సంపాదక బాధ్యతలు నిర్వర్తించారు. 1928లో అఖిల భారత కాంగ్రెస్ కమిటీ సభ్యునిగా, కలకత్తా మేయర్‌గా, 1942లో కోల్‌కత్తా విశ్వవిద్యాలయానికి వైస్‌ఛాన్సలర్‌గానూ 1943లో మెడికల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియాకు ప్రెసిడెంట్‌గానూ ఎన్నికయ్యారు. విద్యావైద్య రంగాల్లో ఆయన సేవలకు గౌరవార్థం 1944లో డాక్టరేట్ పొందారు.

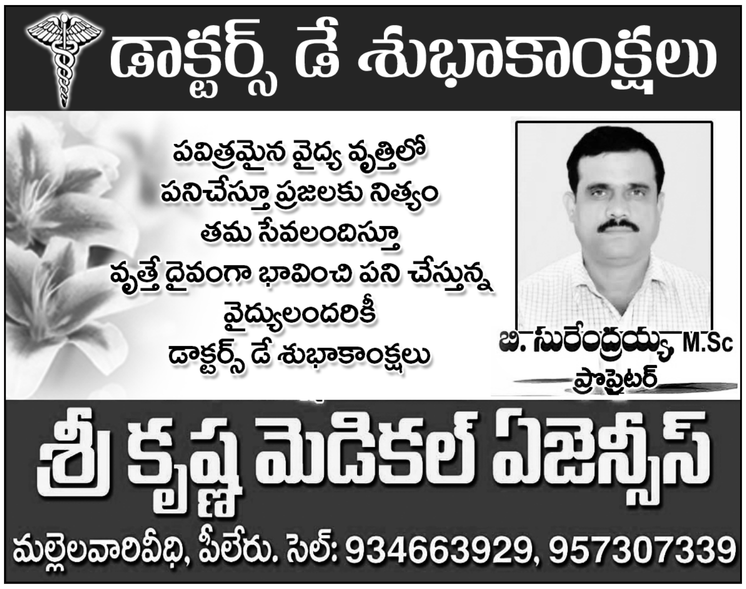
1948 జనవరి13వ తేదీన పశ్చిమ బెంగాల్ రెండో ముఖ్య మంత్రిగా పదవి చేపట్టారు. 1961 ఫిబ్రవరి 4న ఆయనకు భారతరత్న వరించింది. భారత ప్రభుత్వం 1962లో జులై1వ తేదీన ఆయన గౌరవార్థం డాక్టర్స్‌డేగా నిర్వహించాలని ప్రకటించింది. 1976నుంచి వివిధ రంగాలలో సేవలందించిన వారికి డాక్టర్ బిసి రాయ్ పేరుమీద అవార్డులను ప్రదానం చేస్తున్నారు. నేటి వైద్యులకు, వైద్య విద్యార్థులకు డాక్టర్ బిసి.రాయ్ ఆదర్శ ప్రాయులు. ఆ మహానుభావుని ఆదర్శాలను నేటి వైద్యులు ఆచరించాలని కోరుకుంటున్నాం.

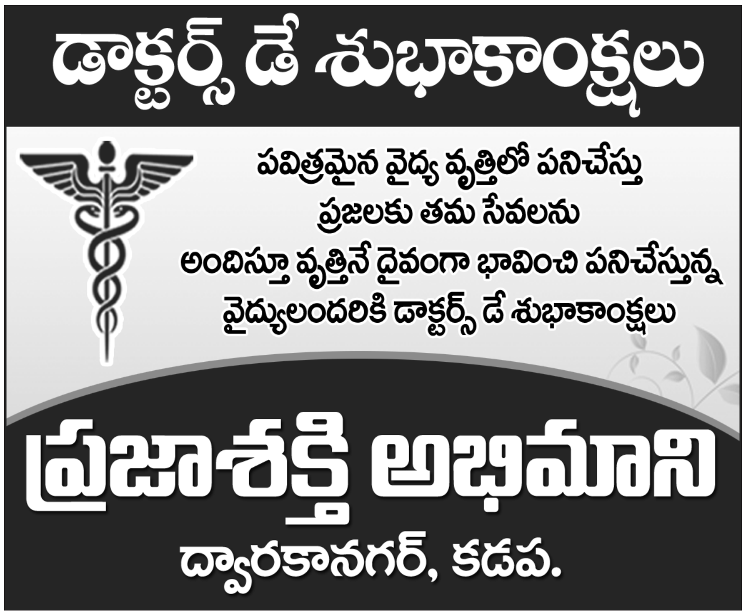
సీజనల్ వ్యాధుల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలి

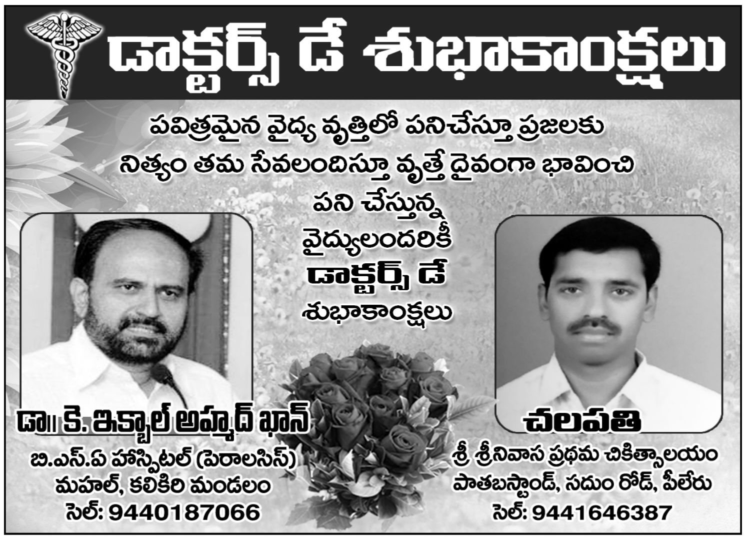
చాపాడు పిహెచ్‌సి వైద్యాధికారి డాక్టర్ రాజేష్ కుమార్

ప్రజాశక్తి -చాపాడు

ప్రస్తుతం వర్షాకాలం ప్రారంభం కావడంతో సీజనల్ వ్యాధులు ప్రబలే అవకాశం ఉంటుందని ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని మండల వైద్యాధికారి రాజేష్‌కుమార్ సూచించారు. ఇప్పటి వరకు ప్రజలను ఇబ్బంది పెట్టిన కరోనా తగ్గుముఖం పట్టిందని అయినప్పటికీ ప్రజలు జాగ్రత్తలు పాటించాలన్నారు. వ్యాక్సిన్ తప్పక వేయించుకోవాలని, మాస్కులు ధరిస్తూ, చేతులు పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి అన్నారు. 60 సంవత్సరాలు పైబడిన (మిగతా 3లో)







ముందస్తుగా డయాబెటిస్ నివారణ, జాగ్రత్తలు

ప్రముఖ షుగర్ వ్యాధి వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ ఎన్.శ్రీలక్ష్మి

ప్రీ డయాబెటిస్ అంటే ఏమిటి

రక్తంలో షుగర్‌ని సమతుల్యం చేసి అవసరానికి షుగర్ అందుబాటులో ఉండేలా చేయడంలో ఇన్సులిన్ అనే హార్మోన్ ప్రధాన పాత్ర వహిస్తుంది. ఇన్సులిన్ అనే హార్మోన్ మన శరీరంలో ఫాంక్రియాజ్ గ్రంధిలోని బీటా సెల్స్ నుంచి ఉత్పత్తి చేస్తుంది. శరీరంలో ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి తగ్గిన లేదా ఉత్పత్తి అయిన ఇన్సులిన్ శరీరకణాలలోకి వెళ్లకపోవడం వల్ల రక్తంలో షుగర్ లెవెల్స్ పెరుగుతాయి.

ప్రీ డయాబెటిస్

ప్రీ డయాబెటిస్ అనగా రక్తంలో షుగర్ లెవెల్ ఉండాల్సిన విలువల కన్నా కొద్దిగా ఎక్కువగా ఉండడం. (బార్డర్ లెవెల్స్) దేశంలో కానీ, ప్రపంచంలో గాని భారీ సంఖ్యలో ప్రీ డయాబెటిస్ దశలో ఉన్నవారు ఎక్కువగా ఉన్నారు. దీనికి కారణం ప్రీ డయాబెటిస్‌లో ఎలాంటి లక్షణాలు కనిపించకపోవడం.

ప్రీ డయాబెటిస్ ఎవరికి ఉండవచ్చు

కుటుంబంలో ఎవరికైనా టైప్-2 షుగర్ ఉన్నచో, అధిక బరువు (స్థూల ఖాయం), వయస్సు 30 సంవత్సరాలు పైబడి ఉండడం. పిసిఒడి (పాలి సెప్టిక్ ఒవేరియన్ డిసీస్) జిడిఎం (జస్ట్ రేషనల్ డయాబెటిస్) హిస్టరీ ప్రెగ్నెన్సీలో డయాబెటిస్ ఉండడం.

ప్రీ డయాబెటిస్ గుర్తించకపోవడం

ప్రీ డయాబెటిస్ దశను గుర్తించకపోవడం వలన, తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోవడం వల్ల, శరీరంలో షుగర్ విలువ పెరిగి టైప్-2 డయాబెటిస్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. షుగర్ ఎక్కువైనా, తక్కువైనా లక్షణాలు

రక్తంలో షుగర్ లెవల్స్ ఎక్కువ మోతాదులో పెరగడం వల్ల త్వరగా అలసిపోవడం, దాహం వేయడం, మూత్ర విజర్జన, ఎక్కువ ఆకలి అవడం, కొందరిలో అరికాళ్లు తిమ్మిర్లు, మంటలు ఉంటాయి. మరి కొందరిలో అకాంథోసి స్నైగ్రికెన్స్, అక్కడ కృడ బాహ్య శరీరం దలసరై మడతలు పడటం, మోకాళ్లు వెనుక భాగం,మోచేతులు, మోడమీద, చంకలో చూస్తాం. కొందరిలో నిద్రలేమి ఉంటుంది.

తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు: రోజూ 45 నుంచి ఒక గంట వరకు బ్రిస్క్ వాక్, యోగా చేయాలి.

ఆహారపు అలవాట్లలో మార్పులు

చెక్కర, సీట్లు, పాలిస్‌రైస్ తినడం తగ్గించాలి. ఎక్కువగా ఫైబర్‌రిచ్‌ఫుడ్ అంటే ఒడ్స్, తృణధాన్యాలు, పనిలో ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడం, తగ్గిన మోతాదులో నిద్ర పోవడం.

ఒబెసిటి/ అధిక బరువు

ఒబెసిటి, అధిక బరువు ఉండటం వల్ల షుగర్, అధిక రక్తపోటు, అధిక కొలెస్ట్రాల్, గండె వ్యాధులు రావటానికి దోహదపడతాయి. తగిన జాగ్రత్తలు పాటించి బరువు తగ్గటం వల్ల ప్రీ డయాబెటిస్ వ్యాధి తగ్గిపోతుంది. పూర్తిగా నార్మల్ అయ్యే అవకాశాలు ఎక్కువ. పైజాగ్రత్తలు పాటించడవం వల్ల ప్రీ డయాబెటిస్ వ్యాధి పూర్తిగా నయమవుతుంది.

30-35 సంవత్సరాలు పైబడిన ప్రతి ఒక్కరూ తగిన జాగ్రత్తలు పాటిస్తూ, తరచూ రక్తపరీక్షలు అనగా ఎఫ్‌బిఎస్, పిపిబిఎస్, హెచ్‌బిఎ-1-సి, ఒజిటిటి, కొలెస్ట్రాల్ వంటి రోటీన్ పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. బిపి తగ్గించుకోవాలి. డాక్టర్ సలహాలు, సూచనలు పాటించాలి.

ప్రజాశక్తి - కడపఅర్బన్

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
అవాంతరాలను లెక్కచేయకుండా ఆత్మవిశ్వాసంను ఆయుధంగా ప్రజారోగ్యాన్ని సంరక్షిస్తున్న డాక్టర్ మిత్రులకు, శ్రేయోభిలాషులకు, ప్రజలందరికి డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
ప్రజాశక్తి అభిమాని
నందలూరు, అన్నమయ్య జిల్లా.

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
పవిత్రమైన వైద్య వృత్తిలో పనిచేస్తూ ప్రజలకు నిత్యం తమ సేవలందిస్తూ వృత్తే దైవంగా భావించి పని చేస్తున్న వైద్యులందరికీ, మండల ప్రజలకు, అధికారులకు, నాయకులకు, డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
ప్రజాశక్తి అభిమాని
నందలూరు, అన్నమయ్య జిల్లా.

సీజనల్ వ్యాధుల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలి

(2వ పేజీ తరువాయి) వారికి ఇప్పటికే పూర్తి స్థాయిలో వ్యాక్సిన్ పూర్తిచేశామని, 45 సంవత్సరాలు పైబడిన వారికి 90 శాతం పైగా వ్యాక్సినేషన్ పూర్తయిందన్నారు. 5 సంవత్సరాల లోపు పిల్లలు ఉన్న తల్లులకు 70 శాతం వ్యాక్సిన్ పూర్తయిందన్నారు. ఇంకా మిగిలి ఉన్న వారు సచివాలయాలలో తమ సిబ్బంది వద్ద వ్యాక్సిన్ వేయించుకోవాలి అన్నారు. ప్రస్తుతం వర్షాకాలం ప్రారంభం కావడంతో కొత్త నీరు వచ్చి చేరే అవకాశం ఉండడం వలన సీజనల్ వ్యాధులైన మలేరియా, డెంగ్యూ వృద్ధి చెందే అవకాశం ఉంటుందన్నారు. ప్రజలు పరిసరాలను శుభ్రంగా ఉంచుకుంటూ ప్రతి శుక్రవారం డ్రైడే పాటించాలన్నారు. ప్రభుత్వ ఆధ్వర్యంలో తక్కువ బరువు ఉన్న చిన్నారుల కోసం కంగారు మదర్ కేర్ పథకం అమలులో ఉందని ఆశా కార్యకర్తల వద్ద ఈ పథకానికి సంబంధించి కిట్టు అందుబాటులో ఉంటుందన్నారు. ఐదు సంవత్సరాలలోపు పిల్లలకు ఐరన్ ఫోలిక్ ఆసిడ్ సిరప్ ను ప్రతి బుధ, శని వారాలు 1 ఎంఎల్ ఆశాలు అందిస్తున్నారన్నారు. ఏవైనా ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్న వారు వెంటనే వైద్య సిబ్బందికి తెలియ జేయాలని, అవసరమైతే తమను కలవాలని పేర్కొన్నారు.

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
వైద్యవృత్తిలో విశిష్ట సేవలందిస్తూ, నిత్యం ప్రజాసేవకే అంకితమై అందరి మన్ననలు పొందుతున్న డాక్టర్ మిత్రులకు, ప్రజలకు మరియు శ్రేయోభిలాషులకు డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
డా॥ సి.నిస్సార్ అహమ్మద్
M.B.B.S., M.D.,(Pediatrics)
చిన్నపిల్లల ప్రత్యేక వైద్య నిపుణులు, రాయచోటి.

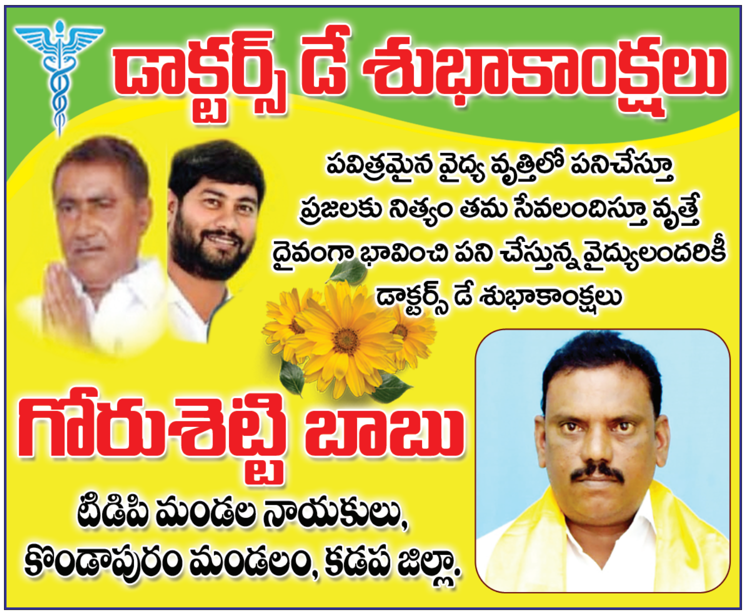
డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
వైద్యవృత్తిలో విశిష్ట సేవలందిస్తూ, నిత్యం ప్రజాసేవకే అంకితమై అందరి మన్ననలు పొందుతున్న డాక్టర్ మిత్రులకు, ప్రజలకు మరియు శ్రేయోభిలాషులకు డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
ఎమ్. జకరయ్య
RMP వైద్యులు, జమ్మలమడుగు.

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
పవిత్రమైన వైద్య వృత్తిలో పనిచేస్తు ప్రజలకు తమ సేవలను అందిస్తూ వృత్తినే దైవంగా భావించి పనిచేస్తున్న వైద్యులందరికి డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
ప్రజాశక్తి అభిమాని
కన్నెలూరు - నాగులకట్ట, జమ్మలమడుగు.

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు
అవాంతరాలను లెక్కచేయక ఆత్మ విశ్వాసమే ఆయుధంగా ప్రజారోగ్యాన్ని సంరక్షిస్తున్న గౌరవ డాక్టర్లకు మరియు శ్రేయోభిలాషులకు నమస్సులతో... డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

డా॥ జి. రెడ్డన్న
కంటి వైద్య అధికారి, రాయచోటి.

జనుల వలన జనుల కొరకు
జనరాజ్యం విత్తుకుంది
జయపతాకమెత్తుకుంది
ధనస్వామ్య వర్గమ్ములు
నినదించే దినవార్తల
సరిదిద్దుచు జనావళికి
సత్యముచాటే గొంతుక
శ్రామిక
జనశ్రేయస్కర
సామ్య సంఘ
సంస్థాపక
ప్రజాశక్తి
దినపత్రిక
- డా॥ ఆరుద్ర



గ్లోబలైజేషన్

అద్దేపల్లి రామమోహన్ రావు

'అంతర్జాతీయ వ్యాపార
తుఫానులో
సొంత ముద్ర చెరిగిపోయిన
వింత వస్తువును నేను
మనిషి స్థానంలో
వస్తువునారాధిస్తున్న
కొనుగోలు దారుణ్ణి నేను
నిన్న నేను నా అవసరానికే
వస్తువులు కొన్నాను
నేడు నేను నా స్థాయి
కోసం వస్తువులు
కొంటున్నాను
రేపు నేను ఒక వస్తువుని
కావడం కోసం
జీవితాన్ని అమ్ముకుంటాను'

గురుజాడ అప్పారావు

'మనిషి చేసిన రాయిరప్పకి
మహిమ కలదని
సాగిమొక్కుచు
మనుషులంటే రాయి
రప్పల
కన్న కనిష్టం
గాను చేస్తావేల బేలా
దేవుడెకడో దాగెనంటూ
కొండకోనల వెతుకులాడే
వేలా?
కన్ను తెరిచిన కనబడడో
మనిషి మాత్రుడి
యందులేడో
యెరిగి కోరిన కరిగి
యీడో ముక్తి?

రక్తదానం - అవగాహన

చిన్న దెబ్బ తగిలినా మన శరీరం నుండి బయటకు తొంగి చూసేది రక్తం. దాని విలువను నేటి ఆధునిక యుగంలో కూడా పూర్తిగా గుర్తించడం లేదు. నిజానికి ప్రకృతిలో అత్యంత విలువైనదేది అన్న ప్రశ్నకు సమాధానం రక్తమేనని సమాధానం వస్తుంది. కారణం ఇప్పటికీ రక్తానికి పూర్తిస్థాయిలో ప్రత్యామ్నాయం లేదు. ఏ ఫ్యాక్టరీలోనూ తయారవదు. ఈ రక్తాన్ని ఉత్పత్తి చేసే శక్తి, సామర్థ్యం కేవలం మానవ దేహానికి మాత్రమే ఉంది. అందుకే రక్తం చాలా అపూర్వమైనది. అపురూపమైనది. ఆకలైన వాడికి అన్నం పెడితే ఆకలి తీరుతుంది. అదే ప్రాణాపాయ స్థితిలో ఉన్నవారికి రక్తం దానం చేస్తే వారి ప్రాణం నిలుస్తుంది. కాబట్టి అన్ని దానాల కన్నా మిన్న అయినది రక్తదానం. రక్తదానం చేయడమంటే మన ద్వారా మరో కొంతమందికి ప్రాణదానం చేయటమే. అయితే నేటికీ ఈ రక్తదానం విషయంలో ఎన్నో అపోహలు, మరెన్నో అనుమానాలు ఉన్నాయని చిగురుపాటి మంజువాణి వరప్రసాద్ లయన్స్ డిస్ట్రిక్ట్ 324 సి4 బ్లడ్ బ్యాంక్ నిర్వాహకులు డాక్టర్ ప్రసాద్ తెలిపారు.

ఎవరికైనా క్లిష్టమైన ఆపరేషన్లు చేయాల్సి వచ్చినా, ఎవరైనా రక్త సంబంధ వ్యాధులతో బాధపడుతున్న, ప్రమాదంలో క్షతగాత్రులైనా ముందుగా అత్యవసరంగా అవసరమయ్యేది రక్తం. చాలా సందర్భాల్లో మనం చూస్తూ ఉంటాం, వింటూ ఉంటాం. చాలా రక్తం పోయింది రక్తం ఎక్కించాలని లేకపోతే ప్రాణాలకే ప్రమాదం అని, రక్తం ఎక్కించకపోతే కాపాడటం అసాధ్యమని డాక్టర్లు చెబుతుంటారు. నేడు హాస్పిటల్స్‌కి వెళ్లే ప్రతి పదిమంది కేసుల్లో ఒకరికి రక్తం ఎక్కించాల్సి వస్తుందని అంతర్జాతీయ సంస్థలు అంచనా వేశాయి.

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ 1997లో ఆసియా దేశాల్లో రక్తం అవసరం, అందుబాటులో ఎలా ఉంటుందన్న సర్వే జరిపింది. ఈ సర్వే ప్రకారం మన దేశంలో ఏడాదికి 90 లక్షల యూనిట్ల రక్తం అవసరమవుతుండగా కేవలం 30 లక్షల యూనిట్లే లభ్యమవుతోందని లెక్క తేల్చింది. అందులో కూడా 40 శాతం మాత్రమే స్వచ్ఛంద రక్తనాళాల ద్వారా లభిస్తుంది. మిగతాది రోగుల బంధువుల ద్వారా లేదా డబ్బు తీసుకుని రక్తదానం చేస్తున్న వారి ద్వారానే లభిస్తుంది. సర్వే జరిపి ఇన్ని సంవత్సరాలవుతున్నా పరిస్థితుల్లో ఎలాంటి మార్పూ లేదు. ప్రాణాధారమైన రక్తం అవసరం. ఇంకా పెరుగుతున్న రక్తదానం చేసేందుకు మనలో చాలా మంది ముందుకు రావటంలో వెనుకడుగువేస్తున్నారు. ఈ ఉదాసీనతకు కారణం ఏమిటి? రక్తం ఆవశ్యకతను, ప్రాముఖ్యాన్ని మనం గుర్తించలేకపోవడమే. చాలా మందికి అపోహలు, అపనమ్మకాలు పెరుగుతున్నాయి. ఈ పరిస్థితుల్లో రక్తదానం పైన అవగాహన పెంచుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది.

రక్తదానానికి ముందు తరువాత ఎలా ఉంటుంది

రక్తదానం చేసే రోజు మామూలుగా ఎప్పటిలాగానే ఆహారం తీసుకోవాలి. రక్తాన్ని తీసుకోవడానికి ముందు డాక్టర్లు మన వ్యక్తిగత సమాచారాన్ని అడిగి తెలుసుకుంటారు. మన ఆరోగ్య పరిస్థితిని అర్థం చేసుకునేందుకు నాడి చూస్తారు. రక్తపోటు, శరీర ఉష్ణోగ్రత, రక్తంలో హిమోగ్లోబిన్ శాతం కొలుస్తారు. మనం ఏవైనా మందులు వాడినా, వాడుతున్నప్పుడు డాక్టర్‌కు చెప్పాలి. అన్నీ సరిచూసిన తరువాతే రక్తం తీస్తారు. రక్తం, ఇచ్చిన అనంతరం కొద్దిసేపే అక్కడే విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. ఆ తరువాత 24 గంటల పాటు నీరు పళ్ల రసాలు వంటి ద్రవ పదార్థాలు తీసుకోవాలి. ఒక గంట సేపే వాహనం నడపరాదు. ఖాళీ కడుపుతో గానీ, కడుపు నిండా గానీ తిని ఇవ్వకూడదు.

ఎవరైనా చేయవచ్చు

18 సంవత్సరాల నుండి 60 ఏళ్ల మధ్య వయసు ఉండి 45 కేజీల బరువున్న ఆరోగ్యవంతులైన వారు ఎవరైనా రక్తదానం చేయవచ్చు. మధుమేహం గుండె జబ్బులు వంటివి లేనివాళ్లు, రక్తపోటు నార్మల్‌గా ఉన్నవాళ్లు రక్తదానం చేయడం ఉత్తమం. ఆరోగ్యవంతులు ఫ్లూ జ్వరం, మలేరియా, టైఫాయిడ్ వంటివి లేని రోజున రక్తదానం చేయాలి. మరీ ముఖ్యంగా ఆస్పిరిన్ వంటి మందులేవీ తీసుకోకూడదు. ఒకసారి రక్తదానం చేసిన వాళ్లు తిరిగి 3 నెలలకు మళ్లీ రక్తం ఇవ్వొచ్చు.

ఎవరు చేయకూడదు?

1. హెపటైటిస్‌లో (బి,ఎ,సి) బాధపడిన వాళ్లు రక్తదానం చేయరాదు. వీరి రక్తం ద్వారా హెపటైటిస్ వైరస్ ఇతరులకు సోకే అవకాశం ఉంది. ముందు జాగ్రత్త చర్యగా హెపటైటిస్‌తో బాధపడిన వారి సన్నిహితులు ఓ ఏడాది పాటు రక్తం ఇవ్వకుండా ఉంటే మంచిది.
2. సిఫిలిస్, గనేరియా వంటి సుఖవ్యాధులున్నవారు రక్తదానం చేయరాదు.
3. హెచ్‌ఐవి పాజిటివ్ (ఎయిడ్స్) ఉన్నవాళ్లు ఎక్కువ మందితో లైంగిక సంబంధాలున్న వాళ్లు. స్వలింగ సంపర్కులు, మాదకద్రవ్యాలు సేవించేవాళ్లు, సెక్స్ వర్కర్లు ఇవ్వకూడదు.

ఎంత రక్తం శరీరంగా నుండి తీస్తారు?

ఆరోగ్యవంతులైన వ్యక్తి శరీరంలో 5 నుండి 6 లీటర్ల రక్తం ఉంటుంది. సాధారణంగా రక్తదానం చేసేటప్పుడు దాత బరువును బట్టి 300 మిల్లీ లీటర్ల నుండి 400 మిల్లీ లీటర్లు మాత్రమే తీస్తారు. కాబట్టి రక్తదానం చేసినప్పుడు మన నుండి తీసేది మన శరీరంలోని మొత్తం రక్తంలో 8 శాతం మాత్రమే ఎంత రక్తదానం చేస్తామో అదంతా దాదాపు వెంటనే మన శరీరం సమకూర్చుకుంటుంది.

మొత్తంగా 24 నుండి 72 గంటల్లో మన శరీరం పూర్తిస్థాయి రక్తం చేకూరుతుంది. రక్తదానం చేయడం వల్ల మనకు ఎలాంటి నష్టం ఉండదు. కాబట్టి ఎలాంటి అపోహలు పెట్టుకోవాల్సిన పనిలేదు. సంవత్సరానికి 4 సార్లు నిస్సంకోచంగా రక్తదానం చేయవచ్చు. ◆

ప్రజాశక్తి స్వాగత గీతిక

"ప్రజాశక్తి" దినపత్రిక
నిజ కమ్యూనిజ వేదిక
శ్రామిక జన శ్రేయస్కర
సామ్య సంఘ సంస్థాపక
ధన స్వామ్య వర్గమ్ములు
నినదించే దిన వార్తల
సరిది ద్దుచు జనావళికి
సత్య ముచాటే గొంతుక
గణతంత్రము పేరు చెప్పి
గద్దెలెక్కి గద్దించే
అధినాథుల అవినీతిని
హడలగొట్టు అక్లేసిక
చెదరగొట్టు ఝుర్ఝూభ్రిక
వస్తున్నది వస్తున్నది
వాస్తవాన్ని తెస్తున్నది
ప్రఖ్యాపన మార్క్స్
యము
వ్యాఖ్యానము చేస్తున్నది
నడుం కట్టి తుడుంకొట్టి
నవ మార్గం వేస్తున్నది
సుత్తిపట్టి కొడవలెత్తి
శభరావం చేస్తున్నది
జనుల వలన జనుల కొరకు
జనరాజ్యం విత్తుకుంది
జయపతాక మెత్తుకుంది

- ఆరుద్ర

వయసుతో పాటూ మోకాళ్ల నొప్పులు

ప్రముఖ మోకాలి కీళ్ల మార్పిడి శస్త్రచికిత్స నిపుణులు డాక్టర్ విద్యాసాగర్ రెడ్డి

ప్రజాశక్తి - కడప అర్బన్

నేటి జీవన శైలిలో మోకాళ్ల నొప్పులతో బాధపడేవారి సంఖ్య రోజు రోజుకు అధికమవుతున్నది. వయసుతో పాటు నొప్పులు వస్తున్నాయి. అధికశాతం మందికి వయసుతోపాటు కీళ్ల అరుగుదల వల్ల మోకాళ్ల నొప్పులు వస్తాయి. ఆధునిక జీవనశైలిలో తక్కువ వయసువారు కూడా ఈ సమస్యలతో బాధపడుతున్నారు. మోకాళ్ల నొప్పి వల్ల కదలికలు తగ్గడం, రోజువారి పనులకు ఆటంకంగా ఉండడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. మోకాళ్ల నొప్పులకు అస్టియో అర్థరైటీస్ ప్రధాన కారణం. డాక్టర్స్ డే సందర్భంగా ప్రముఖ మోకాళ్ళ, కీళ్ల మార్పిడి శస్త్రచికిత్స నిపుణులు డాక్టర్ విద్యాసాగర్‌రెడ్డి ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు. వ్యాధి ముదరకముందే తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా తీవ్రమైన పరిణామాల నుంచి బయటపడవచ్చు.

బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలి : అధిక బరువువల్ల మోకాళ్లపై పడి త్వరగా మోకాళ్లలో అరుగుదల వచ్చే అవకాశం ఉంది. బరువును (బిఎంఐ 25 కన్నా తక్కువ) అదుపులో ఉంచు కోవడం ద్వారా మోకాళ్ల నొప్పులు అధికం కాకుండా ఉండును. అధిక బరువును తగ్గించు కుంటూ పోవడం ద్వారా 3 నుంచి 4 రెట్ల ఒత్తిడిని మోకాళ్లపైన తగ్గించవచ్చని శాస్త్రీయ పరిశోధనలు నిరూపిస్తున్నాయి.

నడక మంచిదే...: రోజు కొంత సమయం నడవడం వల్ల గుజ్జు, కార్టిలేజ్‌కు తగిన పోషక పదార్థాలు అందడం ద్వారా కీళ్లు పదిలంగా ఉంటాయి. మోకాళ్ల నొప్పులు తగ్గి కదలికలు పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. నడక వల్ల కీళ్ల చుట్టూ ఉన్న కండరాలు, ఎముకలు బలపడి కీళ్ల ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది.

అనువైన బూట్లు దరించి నడవడం : కాలికి సరిపడే సైజులో, సున్నితంగా, బరువుతక్కువగా ఉండే బూట్లు ధరించాలి. దీని వల్ల కాలికి అలైన్‌మెంట్, బ్యాలన్స్ చేకూరి కండరాలు, ఎముకలకు సౌకర్యవంతంగా ఉంటుంది.

వ్యాయమం...: కీళ్ళ చుటూ ఉన్నర కండరాలు సాగుదల (స్ట్రెచింగ్), బలోపేతం (స్ట్రెంతనింగ్) వ్యాయామాలు చేయడం వలన కీళ్ళు బలం పెరుతుంది. నొప్పితగ్గి కదలికలు మెరు గుపడతాయి. క్వాడ్రిసెప్స్ అనే వ్యాయామాల వల్ల కీలు ఆరోగ్యం మరింత మెరుగవుతుంది. వీటితో పాటు ఈత, సైకిలింగ్, యోగా వంటి వ్యాయామాలు కూడా కీళ్ల నొప్పులు తగ్గడానికి తోడ్పడతాయి. వ్యాయామాలు ప్రారంభించేముందు వామప్ (సూక్ష్మ) వ్యాయామాలు చేయడం వల్ల కీళ్లపైన, కండరాలపైన ఒకే సారి బరువుపడే అవకాశం తగ్గి వ్యాయామాలు చేసేటప్పుడు సౌకర్యవంతంగా ఉంటుంది. బద్దకం వదులుతుంది.

సమతుల్య ఆహారం : ఆంటి ఆక్సిడెంట్స్ అధికంగా ఉండే సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవాలన్నారు. దీనివల్ల బరువు నియంత్రణ జరిగి కీళ్ల ఆరోగ్యం పెరుగుతుంది.

ఇంట్లో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు : మోకాలిపైన ఒత్తిడి కలగకుండా ఉండేటట్లు స్వతహాగా ఇంట్లో కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. నేలపై కూర్చోవడం ముఖ్యంగా పద్మాసనం వేయడం, మెట్లు అధికంగా ఎక్కడం తగ్గించాలి. ఎత్తుగా ఉన్న టాయిలెట్ వాడాలి.

మోకాలికి ప్రమాదాలు జరిగినప్పుడు: అనుకోకుండా ప్రమాదాలు జరిగినప్పుడు ప్రాథమిక చికిత్స నిమిత్తం ఐస్ పెట్టాలి. చికిత్స తరువాత నొప్పి, వాపు, తడబడడం వంటివి కొనసాగుతూనే ఉంటే ఎముకలు, కీళ్ల వ్యాధినిపుణులను సంద్రించాలి. లేనిపక్షంలో భవిష్యత్తులో వాటి ప్రభావం వల్ల కలుగు అరుగుదల త్వరగా సంభవిస్తుంది.

మోకాళ్ల సమస్యలతో బాధపడేవారు మారుతినగర్, సోనోవిజన్, రాజీవ్ మార్గ్‌రోడ్డులో ఉన్న విద్యాసాగర్ ఆర్థోపెడిక్ అండ్ జాయింట్ రీప్లేస్‌మెంట్ సెంటర్‌లో సంప్రదించాలని కోరారు. మరిన్ని వివరాలకు 7337003322, 7661893909 నంబర్లు ఫోన్ చేయవచ్చన్నారు.

ఫిజియోథెరపీతో దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు దూరం

డాక్టర్ నాగ ఆంజనేయులు

రాజంపేట రూరల్ : ఫిజియోథెరపీతో దీర్ఘకాలిక వ్యాధులను దూరం చేయ వచ్చని ప్రముఖ ఫిజియోథెరపీ వైద్యులు డాక్టర్.నాగ ఆంజనేయులు పేర్కొన్నారు. మందులు వాడకుండా ప్రత్యేక వ్యాయామ పరికరాల ద్వారా ఎటువంటి దుష్పలితాలు లేకుండా వ్యాధులను నయం చేసేందుకు ఫిజియోథెరపీ ఉపయో గపడుతుందన్నారు. పట్టణంలోని బాలాజీ ఫిజియోథెరపీ క్లినిక్‌లో శుక్రవారం ఆయన ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు. దీర్ఘకాలిక కీళ్ల నొప్పులు, మోకాళ్ళ నొప్పులు, కండరాల బలహీనతలు, నడుము నొప్పులు, బెణుకులు, పక్షవాతం, నరాల బలహీనత, మూతివంకర, మోచేతి నొప్పులు తదితర వ్యాధులకు సరైన చికిత్స ఫిజియోథెరపీతో చేయవచ్చని చెప్పారు. చిన్నపిల్లలో వచ్చే బుద్ధిమాంద్యత సెరిబ్రల్ పాల్సికి అతి తక్కువ ఖర్చుతో సులువుగా చికిత్స చేయ వచ్చని తెలిపారు. కీళ్ల నొప్పులు(అర్థరైటీస్), షుగర్‌వ్యాధి గ్రస్తులు, అధిక బరువు ఉన్నవారు, ఇంటి పనులు అధికంగా చేసే వారికి, ఎక్కువసేపు కూర్చొని వంగి నిలబడి పనిచేసే వారికి, కీళ్లల్లో వచ్చే నొప్పులకు పూర్తి స్వస్థత చేకూరుతుందని అన్నారు. మెడ, నడుము నొప్పులు (స్పాండిలైటీస్, సయాటికా) స్త్రీలలో కాన్పు తర్వాత వచ్చే నడుము నొప్పి, స్థూలకాయలకు, అధికబరువును ఎత్తే వారికి, ఫ్యాక్టరీలలో పని చేసే వారికి, ఆఫీసుల్లోనూ, కంప్యూటర్ ముందు ఎక్కువసేపు కూర్చునే వారికి, నడుము లేదా మెడ వద్ద వెన్నుపూసలో నరముల ఒత్తిడి వలన నొప్పి, చేతులు, కాళ్లు లాగినట్లు, తిమ్మిర్లు ఎక్కడం వంటి వాటికి ఫిజియోథెరపీ బాగా పనిచేస్తుందన్నారు. సర్జరీ అవసరం లేకుండా ఫిజియోథెరపీతో చికిత్స పొందవచ్చని తెలిపారు.

ఆక్యుపంక్చర్ వైద్యంతో... ఆరోగ్యవంతమైన జీవితం

- సీనియర్ ఆక్యుపంక్చరిస్ట్, ఫిజియోథెరపిస్ట్ అండ్ ఫిట్‌నెస్ ఎక్స్‌పర్ట్ డాక్టర్ గిరీష్ దేవపురం

కడప అర్బన్: ఆక్యుపంక్చర్ వైద్యంతో... ఆరోగ్యవంతమైన, సు:ఖమయమైన జీవితాన్ని కొనసాగించవచ్చని సీనియర్ ఆక్యుపంక్చరిస్ట్, ఫిజియోథెరపిస్ట్ అండ్ ఫిట్‌నెస్ ఎక్స్‌పర్ట్ డాక్టర్ గిరీష్ దేవపురం అన్నారు. డాక్టర్స్ డే సందర్భంగా ఆయన ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు. తమ ఆసుపత్రిలో ఆక్యుపంక్చర్, ఫిజియోథెరపీ, వెయిట్‌లాస్, డైట్, న్యూట్రిషన్ ప్రత్యేకతలన్నారు. వీటితో పాటు నడుము, మెడ, మోకాలు, మడమ, ఆస్టియో ఆర్థరైటీస్, రుమటైడ్ ఆర్థరైటీస్, సయాటిక, భుజం, టెన్నిస్ ఎల్బో, ఆంకిలోజింగ్ స్పాండిలోసిస్, మైగ్రేన్, తలనొప్పి, పక్షవాతం, పారాప్లీజియా, ఫేషియల్ పాల్సీ (బెల్స్ పాల్సీ), ఫుట్‌డ్రాప్, రిస్ట్‌డ్రాప్, రైటర్స్ క్రాంప్స్, కార్పల్ టెన్నెల్ సిండ్రోమ్, అవాస్కులర్ నెక్రోసిస్, నిద్రలేమి, ఫిట్స్, హార్మోనల్ ఇన్‌బ్యాలెన్స్, ఆస్తమా, ఎలర్జీ, సైనసైటిస్, న్యూరాల్జియా, మయాల్జియా, సెరిబ్రల్ పాల్సీ, మెంటల్ రిటార్డేషన్, డయాబటిస్ (మేనేజ్‌మెంట్), ఒబెసిటి (వెయిల్ లాస్), ఆంక్జైటీ, డిప్రెషన్, టిన్నిటస్, వర్టిగో, హైపో/హైపర్‌థైరాయిడిజమ్ మరెన్నో సమస్యలకు చికిత్స అందిస్తామని తెలిపారు. పైసమస్యలతో బాధపడేవారు ఆక్యుపంక్చర్ అండ్ ఫిజియోథెరపీ సెంటర్, ద్వారకా నగర్, శ్రీ కృష్ణఆలయం దగ్గర, డోర్ నంబరు 1/719లో సంప్రదించాలని కోరారు.

సన్నగిల్లుతున్న కుటుంబ వైద్యుల సంస్కృతి

నేటి సమాజంలో కుటుంబ వైద్యుల సంస్కృతి సన్నగిల్లడం ఆందోళన కలిగించే విషయం. మన కుటుంబానికి దగ్గర, మన గురించి సంపూర్ణంగా తెలిసిన, మనకు అందుబాటులో ఉండటమనేది ఎల్లవేళల శ్రేయస్కరం. నేటి ఆధునిక పరిస్థితులలో ఏ చిన్న ఆరోగ్య సమస్య వచ్చినా వెంటనే సూపర్ స్పెషాలిటీ వైద్యుని దగ్గరకు వెళ్తున్నారు. దీని వల్ల ఈ సమస్య ఆ వైద్యుని పరిధి లేకపోయినప్పటికీ కొన్ని పరీక్షలు చేయాల్సి వస్తున్నది. ఆ తర్వాత గాని ఆ సమస్యకు సంబం ధించిన వైద్యునికి రెఫర్ చేయడం జరుగుతుంది. ఈ ప్రక్రియలో అనవ సరంగా డబ్బు వ్యయం చేయడం, కాలయాపన కావడం జరుగు తోంది. అదే మన కుటుంబ వైద్యుడు ఉన్నట్లయితే తన పరిధిలో సాధా రణంగా వచ్చే చిన్న చిన్న సమస్యలు చికిత్స చేయడం, తన పరిధి దాటిన సమస్య అయితే వెంటనే దానికి సంబంధించిన స్పెషలిస్టుకు రెఫర్ చేసి మనకు మంచి జరిగేటట్లు చేయడం జరుగు తోంది. అధిక వ్యయంతో ప్రాచీన వైద్యసేవలున్న నేటి పరిస్థితులలో వైద్యులను నిందించడం రాకుండా ప్రజల్లో ఈ విషయంలో అవగాహన పెంచు కోవాలి. రోగాలు వచ్చినపుడు కాకుండా ముందే అన్ని విషయాల పట్ల అన్ని వయసుల వారు అవగాహన తప్పని సరిగా పెంచుకోవాలి.

దీర్ఘకాలికంగా మనల్ని కృంగదీసే అనేక దీర్ఘకాలిక రుగ్మ తలు రావడానికి ప్రధాన కారణాలు మానసిక ఒత్తిడులు, వాతావరణ కాలుష్యం, దుర్వ్యవసనాలు. వీటిలో వ్యసనాలకు బానిసలు కావడం, వాటి నుంచి బయటపడటం ప్రజల పరిధిలోనివి. అయి నప్పటికీ, ప్రభుత్వాలు కూడా పొగాకు, మధ్యపానంను నిషేధించడం చాలా అవసరం. వీటిని కేవలం ఆదాయ వనరులుగా మాత్రమే ప్రభుత్వాలు చూస్తున్నాయి. కాని వాస్తవంగా గణాంకాలను చూస్తే పొగాకు, మద్యం ఉత్పత్తులు, అమ్మకాల వల్ల ప్రభుత్వాలకు వచ్చే ఆదాయం కన్నా అనేక రెట్లు ఎక్కు వగా పొగాకు, మద్యపానం వల్ల వ్యాధులకు గురవుతున్న ప్రజల వైద్యానికి ప్రభుత్వం ఖర్చు చేస్తున్నదే ఎక్కువగా ఉంది. ఆవేశాలను, అసూయలను దూరం చేసుకోవడం ఇతరులతో పోల్చుకొనకుండా సంతృప్తికరమైన జీవనం కొనసాగించడం వల్ల మానసిక ఒత్తిడులను తగ్గించుకోవచ్చు.

అనేక వేల సంవత్సరాల కిందట స్వతహాగా దర్శించి అను భూతి చెంది అనేక యోగ ప్రక్రియ లను మన రుషులు, యోగులు మానవాళికి అందించారు. ఈ ప్రక్రియలు నేటి ఆధునిక జీవితంలో వచ్చే అనేక ఆరోగ్య సమస్యలకు ప్రత్యక్షంగా గానీ, పరోక్షంగా గానీ పరిష్కారాన్ని చూపిస్తున్నారు. మన యోగులు చెప్పిన విషయాన్నీ నిజాలేననీ, నేడు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా జరుగుతున్న అనేక శాస్త్రీయ పరిశోధనల వల్ల తెలుస్తున్నది. యోగాలో భాగమైన ప్రాణాయామం సాధాన చేయడం వల్ల పారాసింపాథెటిక్ నాడీ వ్యవస్థ ఉత్తేజితం చెంది, స్ట్రెస్ హార్మోనుల స్థాయి తగ్గి క్రమంగా అన్ని రకాల వల్ల ఒత్తిడులు తగ్గిపోయి రోగాలు నయమయ్యే పరిస్థితులు ఉన్నాయి. యోగాసనాలు, సూర్యనమస్కారాలు వల్ల ప్రపంచంలో ఏ శారీరక వ్యాయామాలకన్నా తక్కువ సమయంలో ఎలాంటి దుష్ప్రభావాలు లేకుండా శరీరానికి వ్యాయామం జరగడమే కాకుండా, మానసికంగా భావోద్వేగాలపరంగా అనేక సానుకూల మార్పులు జరుగుతాయి.

ఆరోగ్యం విషయంలో రాబోయే కాలంలో మరింతగా ఎక్కువ సమస్యలకు గురయ్యే పరిస్థితులు కనపడుతున్నాయనీ, వీటి బారిన పడకుండా ఉండాలంటే బాల్యంలోనే బలమైన పునాదులు పడాలి. ఆహార నియమాలతో పాటు యోగా, ప్రాణాయామాలు జీవితంలో ఒక ప్రధాన భాగమైతే శరీరం వ్యాధిగ్రస్తం కాకుండా నిండు నూరేళ్లు చల్లగా ఉంచవచ్చు.

- డాక్టర్ కె.కల్పన, వైద్యులు, ప్రముఖ యోగా థెరపిస్టు.

నిబంధనలు పాటిద్దాం... ప్రాణాలు కాపాడుకుందాం

ప్రముఖ మానసిక వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ వెంకటరాముడు

ప్రజాశక్తి - కడపఅర్బన్

ప్రజలు కరోనా నిబంధనలు పాటించి ప్రాణాలు కాపాడుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని ప్రముఖ మానసిక వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ వెంకటరాముడు అన్నారు. శుక్రవారం ఆయన ప్రజాశక్తితో మాట్లాడారు. మన ఆరోగ్యం మనచేతుల్లోనే ఉందన్నారు. ప్రజలు అత్యవసరమైతే తప్ప బయటకు రావద్దని చెప్పారు. కరోనా విజృభిస్తున్నా ప్రజలు రోడ్లపైకి తండోపతండాలుగా వస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. 35శాతం మంది అనవసరంగా బయట తిరుగుతున్నట్లు పోలీసులు, అధికారులు, నిపుణుల అభిప్రాయమని చెప్పారు. వర్షాకాలంలో రోగాలు ప్రబలే అవకాశం ఉందనాన్రు. జ్వరాల సీజన్ ఇప్పుడిప్పుడే ప్రారంభమైందని చెప్పారు. పొరపాటు జరిగితే ఒక్కరితోనే కాకుండా కుటుంబానికి మొత్తం కరోనా వచ్చే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరించారు ప్రస్తుతం జిల్లాలోని క్వారంటైన్ కేంద్రాలు అనుమానితులతో కిక్కిరిసి ఉన్నాయని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో జాగ్రత్తగా ఉండాలని తెలిపారు. సరదా కోసం బయట తిరగవద్దని చెప్పారు. యువకులకు సోకితే ఏమికాకపోయినా ఇంట్లో ఉండే పెద్దవాళ్లకు సోకే అవకాశం ఉందన్నారు. కరోనా రాకుండా జాగ్రత్తలు పాటించాలని తెలిపారు. ప్రభుత్వం, అధికారులు ఎన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకున్నా ప్రజల్లో అవగాహన లేకపోతే ప్రమాదం కొని తెచ్చుకున్నట్లేనని చెప్పారు. అద్యవ సరమైతే తప్ప బయటకు రావద్దని హెచ్చరించారు. వృద్ధులు, చిన్న పిల్లలు అస్సలు బయటకు రాకూదన్నారు. ఏదైనా పని మీద బయటకు రావల్సి వస్తే మాస్కులు తప్పనిసరిగా ధరించాలని సూచించారు. సామాజిక దూరం తప్పక పాటించాలని చెప్పారు. దుకాణాల వద్ద వినియోగదారుల నిమిత్తం శానిటైజర్లు, సబ్బులు అందుబాటు లో ఉంచాలన్నారు. రోజురోజుకు కరోనా వల్ల ఎంతో మంది చనిపోతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఏదైనా అనుమానం ఉంటే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించి తగిన సూచనలు, సలహాలు పాటించాలని చెప్పారు. ఇంట్లోనే ఉంటూ క్షేమంగా ఉండాలని ఆకాంక్షించారు.

ఆడపిల్ల ఆరోగ్యంపై ఆహార ప్రభావం

కాలం మారింది.. కాలంతో బాటూ మనమూ మారుతున్నాం. మనతో బాటే మన అలవాట్లు... అవసరాలు... ఆహార సౌకర్యాలు అన్నీ మారిపోతున్నాయి. ఫలితంగా ఆరోగ్యపరంగా స్థాయీ వ్యత్యాసాలు అనివార్య మవుతున్నాయి. ముఖ్యంగా ఇప్పుడు దొరకుతున్నంత వెరైటీ ఫుడ్స్ అప్పట్లో ఉండేవి కావు. చాలా ఇళ్లలోచుదయం మధ్యాహ్నం రాత్రీ ఇలా నాలుగు పూటలా కాస్తంత భోజనం చేసేసి, హాయిగా పనిపాటలు చేసుకునేవారు. ఆ తర్వాత కాలంలో ఉదయం సాయంత్రం టిఫిన్లు అల్పాహారాలు, మధ్యాహ్నం రాత్రి భోజనం తీసుకునేవారు. ఈ విధంగా ఇంట్లో శుచిగా రుచిగా తయారు చేసిన ఆహారం తీసుకున్నంతకాలం ఆరోగ్యంలో సమస్యలు చెప్పదగినంతా ఉండేవి కావు. ఇప్పుడు పరిస్థితి మారింది. ఇంటిలో తయారు చేయడం చాలా తక్కువయ్యింది. రెడీమేడ్ ఫుడ్స్ కోసం పరుగులు ప్రారంభమయ్యాయి. ఇంట్లో కూడా అయిదు నిమిషాల్లో తయారయ్యే (ఇన్‌స్టెంట్ ఫుడ్స్) పదార్థాలపై మోజు పెరిగింది! ఫలితంగా.. ఇప్పుడన్నీ కోరి తెచ్చుకున్న కొనుక్కుతెచ్చుకున్న ఆరోగ్య సమస్యలే.... సమగ్ర పౌష్టికాహార లోపం బాలబాలికలు పలువురినీ సమస్యలకు గురిచేస్తున్నప్పటికీ ఆడపిల్ల విషయంలో వచ్చే ఆరోగ్య సమస్యలు కొంచెం అధికమనే చెప్పాలి. ముఖ్యంగా గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోనూ స్లమ్ ఏరియాల్లోనూ పెరిగే బాలికల్లో పౌష్టికాహార లోపం కారణంగా రక్తహీనత, ప్రొటీన్ క్యాలరీ మాల్ న్యూట్రిషన్, శారీరక మానసిక ఎదుగుదల లోపాలు, దంతసమస్యలు, రేచీకటి, స్కర్వీ రికెట్స్ వంటి వ్యాధులు నమోదువుతున్నాయి. ఈ వ్యాధుల కారణంగా ఆడపిల్లల్లో ఆలస్యంగా రజస్వల కావడం, రుతుక్రమంలో సమస్యలు ఎదురవుతుంటాయి. ఉదయం కార్బోహైడ్రేట్ ఫుడ్స్ (ఇడ్లీ, గారె, రాగి జావ, రోజుకో గుడ్డు, ఓ గ్లాసు పాలు), మధ్యాహ్నం రాత్రి ఆకుకూరలు, పప్పు లేదా మాంసకృత్తులు, నాన్‌వెజ్ కూతరో భోజనం తీసుకోవాలి. ముఖ్యంగా గ్రామీణ వైద్యశాలల్లో ఉచితంగా లభించే ఐరన్ ఫోలిక్ క్యాప్సూల్స్, కాల్షియం టాబ్లెట్స్, ఎఎన్‌డి. విటమిన్ టాబ్లెట్స్ వంటివి వాడటం శ్రేయస్కరం. చిన్నతనంలో ప్రేమ, గారాబం లేదా అజాగ్రత్తలతో ఆహార విషయంలో సమతుల్యత పాటించకపోతే – ఆడపిల్ల జీవితాంతం రకరకాల అనారోగ్య సమస్యలతో కాలం వెళ్లదీయాల్సి వస్తుందని ఆధునిక వైద్యశాస్త్రం హెచ్చరిస్తోంది. అందుకే ఆహార నియమాలు, జాగ్రత్తలపై అవగాహన అత్యవసరం. ఆహారం తీసుకునేటప్పుడు చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోవడం, ప్లేట్లు శుభ్రంగా కడుక్కోవడం, అవకాశం ఉన్నవారు ఆకుల్లో భోజనం చెయ్యడం ఎప్పుడూ మంచి అలవాట్లే. ఆడపిల్లకు యుక్త వయసు వచ్చే వరకూ రోజుకు 2 వేలు నుండి 2,500 వరకు క్యాలరీల పౌష్టికాహారం అందించవలసి ఉంటుంది. గోధుమ రొట్టె, చపాతీలు, వర అన్నం ఇలా ఏది నచ్చితే అది తీసుకోవచ్చు. పిండి పదార్థాలు, మాంసకృత్తులు, కొవ్వు పదార్థాలు వంటి సమతుల్యమైన ఆహారం తీసుకుంటూ... ఇగుర్లు వేపుడు కూరలు వాడకుండా ఉంటే ఆరోగ్యరీత్యా మంచిది. పచ్చికూరలు తీసుకునేటప్పుడుపైన తొక్క తియ్యడం మరిచిపోకూడదు. ఆడపిల్లకు పదో సంవత్సరం వచ్చే వరకూ ఎంతో కొంత నెయ్యి (రోజుకు రెండు నుండి నాలుగు స్పూన్లు) వాడటం మంచిది. పాలూ పెరుగూ విరివిగా వాడటం ఎప్పుడూ మంచిదే.

తినకూడనివి

ఆడపిల్ల అన్ని వయసుల్లోనూ ముఖ్యంగా పదేళ్లలోపు పిల్లలు కన్ని రకాల ఆహారాలకు దూరంగా ఉండటం ఆరోగ్యరీత్యా శ్రేష్ఠం. ఫాస్ట్‌ఫుడ్స్, వేపుడు కూరలు నాన్‌వెజ్ ఫ్రై కూరలు పూర్తిగా మానివేయాలి. బిర్యానీలు, ఫ్రైడ్‌రైస్, పలావులు వంటివి, నెలకు ఒక్కట్రెండు సార్లు మినహా అంతకు మించి తీసుకోవడం మంచిది కాదు. ముఖ్యంగా అందరూ చాలా ఇష్టంగా భావించే కూరగాయల జ్యూస్, క్యారెట్ జ్యూస్, పుచ్చకాయ రసం, స్వీట్లు, చాక్లెట్లు,

చిప్స్, బిస్కట్లు, ఐస్‌క్రీమ్, పెప్సీ, కోకోకోలా, ఫ్రూటీ వంటి కూల్‌డ్రింక్‌ల వంటివి అనారోగ్యానికి కారణంగా నిలుస్తున్నాయని అనేక కేసుల్లో తేలింది.

తినదగినవి

పరిశుభ్రమైన కూరముక్కలు, క్యారెట్ ముక్కలు, పుచ్చకాయ ముక్కలు, వారానికి రెండుస్లారు కోడిగుడ్డు, అన్నిరకాల పండ్లు విరివిగా ఈసుకోవాలి. చల్లని పానీయాలు కావాలనుకుంటే బిస్లరీ, డైట్‌కోక్, డైట్ పెప్సీలు తీసుకోవచ్చు. పుచ్చకాయలముక్కలు, అరటిపండ్లు తీసుకోవడంలో మితం పాటించడం అవసరం. ఫ్రెష్‌గా తయారు చేసిన నిమ్మకాయ షర్బత్ శరీరానికి చాలా మంచిది. పంచదారకు బదులుగా తేనె కలిపిన నిమ్మకాయ షర్బత్ పిల్లలకు మంచి ఆరోగ్యాన్నీ, తేజస్సునూ ఇస్తుంది. ప్రతి రోజూ పిల్లలకు బలమైన ఆహారం అంటే సున్నుండలూ, వేరు శనగపప్పు, బెల్లపుపాకం, తెల్లనువ్వులు బెల్లంతో చేసిన చిమ్మిలి వంటివి ఇంట్లో తయారు చేసుకుని తింటే ఆరోగ్య సమస్యలను దూరంగా ఉంచవచ్చు.

ఏ ఆహారం వల్ల ఏ సమస్యలు

తగినంత వ్యాయామం లేకుండా రోజుకు రెండు వేల క్యాలరీలకు మించిన ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల 16 సంవత్సరాలు వచ్చేసరికే ఊబకాయం, షుగరు, బిపి వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది. వేపుడు కూరలు, నూనెపదార్థాలు స్వీట్లు వంటివి తీసుకోవడం వల్ల 30 సంవత్సరాలు వచ్చేటప్పటికే గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. ఫాస్ట్‌ఫుడ్స్, డీప్‌ఫ్రైల వల్ల పెద్దపేగులో క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది. అధిక క్యాలరీలు కలిగిన ఆహారం వల్ల మెచ్యూరిటీ ప్రాబ్లమ్స్, రుతుక్రమంలో తేడాలకూ, సంతాన సాఫల్యతాకణ ఉత్పత్తికి విఘాతం కలగవచ్చు. చాక్లెట్లు బిస్కట్లు, కూల్‌డ్రింకులు, చిప్స్, పాప్‌కార్న్‌లు తీసుకోవడం వల్ల ఒబెసిటీ, పాలిసిస్టిక్ ఓవేరియన్ డిసీజెస్ (పిసిఒ) రుతుక్రమ సంబంధిత సమస్యలు, పిల్లలు కలగకపోవడంచ సంతాన ఉత్పత్తిలో ఇబ్బందులు ఏర్పడతాయి. క్యారెట్ జ్యూస్‌లు, కాయగూరలు జ్యూసులు లివర్‌కు సంబంధించిన సమస్యల్ని సృష్టించవచ్చు!

ఆడపిల్ల ఆరోగ్యాన్ని అతలాకుతలం చేస్తున్న నేటి ఆధునిక ఆహార వ్యవహారాల్లో తగినన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోవడం వల్ల వారి ఆరోగ్యాన్నే కాకుండా రేపటి తరం ఆరోగ్యాన్ని కూడా మనం చేజేతులా పాడు చేస్తున్నామని గమనించవలసి ఉంటుంది. అందుకే కచ్చితమైన ఆహార నియమాలు పాటించాలని వైద్య శాస్త్రం పదేపదే చెబుతుంది. ◆

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

వైద్య వృత్తిలో విశిష్ట సేవలందిస్తూ...
నిత్యం ప్రజాసేవకే అంకితమై అందరి మన్ననలు పొందుచున్న
డాక్టర్ మిత్రులకు, శ్రేయోభిలాషులకు
మరియు పట్టణ ప్రజలందరికీ
డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

డా॥ సునీల్
M.D.(GEN) MED.,
మెడికల్ స్పెషలిస్ట్ &
డయాబెటాలజిస్ట్

డా॥ సి.సుధాకర్ MBBS
సీనియర్ ఫిజిషియన్
మాజీ మున్సిపల్ ఫ్లోర్ లీడర్,
టిడిపి నగర నియోజకవర్గ అబ్జర్వర్,
టిడిపి రాష్ట్ర ఆర్గనైజింగ్ కార్యదర్శి

శ్రీ బాలాజీ హాస్పిటల్స్
2/587, శంకరమఠం వీధి, రాజంపేట. ఫోన్: 08565-240288

చదవండి! చదివించండి !!
ప్రజాశక్తి
తెలుగు దినపత్రిక
వ్యాపార ప్రకటనలకు సంప్రదించండి. వివాహ, పుట్టిన రోజు, స్వదేశీ, విదేశీ ఆగమనం, పదవీ విరమణ సందర్భంగా మీ మిత్రులు, బంధువులకు శుభాకాంక్షల ద్వారా మీ సంతోషాన్ని తెలియజేయండి
చిరునామా :
ప్రజాశక్తి తెలుగు దినపత్రిక కార్యాలయం
42/347-10-,
సింహపురికాలనీ, కడప.
ఫోన్ : 08562 - 295623

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

వైద్యవృత్తిలో విశిష్ట సేవలందిస్తూ నిత్యం
ప్రజాసేవకే అంకితమై అందరి
మన్ననలు పొందుచున్న
డాక్టర్ మిత్రులకు, ప్రజలకు, శ్రేయోభిలాషులకు
డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

డా॥ యస్.జహాంగీర్ బాషా
MBBS, DNB, MNAMS (Ortho)
FIAS (Key Hole Surgeon).,
FIJR (Joint Replacement Surgeon)
IBOS (Stem Cell Theraphy Specialist)

JB HOSPITAL
Complete Ortho Care & Multispeciality Hospital
D.No.42/347-14-2-1, Opp. RTC Busstand Ingate, Beside Hotel Raghavendra,
Indane Gas Street, Simhapuri Colony, Kadapa-516 001.
Cell : 87904 12295, 85005 53815, 83747 43678

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

ఆరోగ్యమే - మహాభాగ్యము
పవిత్రమైన వైద్య వృత్తిలో పనిచేస్తూ...
ప్రజలకు తమ సేవలను అందిస్తూ....
వృత్తినే దైవంగా బావించి పనిచేస్తున్న వైద్యులందరికీ
డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

ప్రజాశక్తి అభిమాని
కమలాపురం, వల్లూరు.

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

" ఆరోగ్యమే - మహాభాగ్యము "

వైద్యవృత్తిలో విశిష్ట సేవలందిస్తూ
నిత్యం ప్రజాసేవకే అంకితమై అందరి మన్ననలు
పొందుచున్న డాక్టర్ మిత్రులకు, ప్రజలకు,
శ్రేయోభిలాషులకు
డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

డాక్టర్ ఎమ్. మధుసూధన్‌రెడ్డి
జిల్లా పరిపాలన అధికారి,
రాయచోటి, అన్నమయ్య జిల్లా.

డాక్టర్ ఎన్.కొండయ్య
డి.ఎం.హెచ్.ఓ.,
రాయచోటి, అన్నమయ్య జిల్లా.

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

ప్రజలకు విశిష్ట వైద్యసేవలు అందిస్తున్న డాక్టర్స్‌కు శ్రేయోభిలాషులకు,
మిత్రులకు, మా కస్టమర్లకు డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు...

శ్రీ బాలాజి ఫిజియో థెరపి హాస్పిటల్
7036043453,
9705591847

బండ్రాల్లవీది, రాజంపేట.
టంగుటూరు రోడ్డు,
బస్టాండు దగ్గర, నందలూరు.
ఎముకలు, కీళ్లు నరాలకు సంబంధించిన
అన్ని వ్యాధులకు చికిత్స చేయబడును.

డాక్టర్ నాగ ఆంజనేయులు,
BPT., MPT., IAP.,
న్యూరాలజి (నరాల స్పెషలిస్టు),
కన్సల్టెంట్ ఫిజియోథెరపిస్ట్

డాక్టర్స్ డే శుభాకాంక్షలు

" ఆరోగ్యమే - మహాభాగ్యము "

వైద్యవృత్తిలో
విశిష్ట సేవలందిస్తూ
నిత్యం ప్రజాసేవకే
అంకితమై అందరి
మన్ననలు పొందుచున్న
డాక్టర్ మిత్రులకు,
ప్రజలకు,
శ్రేయోభిలాషులకు
డాక్టర్స్ డే
శుభాకాంక్షలు

డా॥ సి.రాధిక
మెడికల్ ఆఫీసర్,
పిహెచ్‌సి, చిన్నమండెం మండలం.

డా॥ సి.సునిత
మెడికల్ ఆఫీసర్,
పిహెచ్‌సి, చిన్నమండెం మండలం.